

Centre Védantique Ramakrishna

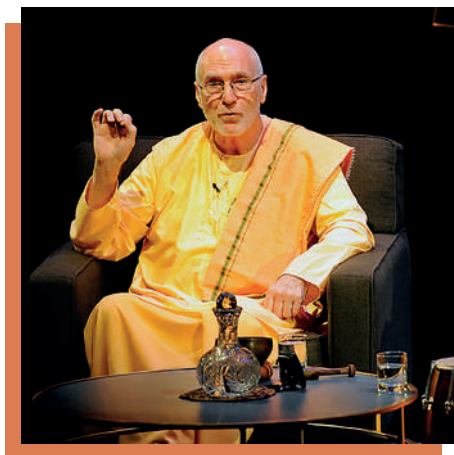
ACTIVITÉS 2022-2023



Qu'Il nous illumine

ÉDITORIAL

“ Swami Veetamohananda, président et enseignant bien-aimé du Centre Védantique Ramakrishna, est décédé à la fin de l'année 2019. Quelques mois plus tard, nous avons dû faire face à la pandémie et les activités du Centre ont été considérablement réduites. Ces deux dernières années ont été très difficiles pour le Centre, ses membres et ses amis. Mais le Centre a su surmonter les obstacles et aujourd'hui, avec la fin de la pandémie, nous entrons dans une nouvelle phase de vie et d'activité.



Avec un respect profond et conscients du passé, nous entamons l'expérience d'une vie et d'une concentration renouvelées. La force vitale, prana, circule à nouveau et nous nous réjouissons de cette nouvelle année, riche d'activités créatives.

Venez et participez à nos activités. Ou venez et profitez simplement de l'atmosphère et du rythme de la vie spirituelle. Aidez-nous à faire de ce lieu un centre d'activité spirituelle qui rayonne sur la France et l'Europe. ”

Swami Atmarupananda

SOMMAIRE

PRÉSENTATION DU CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA	02
HISTORIQUE	02
LA VIE AU CENTRE VÉDANTIQUE	03
WEEK-END TYPE	05
LA NOURRITURE AU CENTRE	06
LA GRANDE MAISON, LE PARC	06
CÉLÉBRATIONS	10
MÉDITATION ET PRATIQUE SPIRITUELLE	14
MÉDITATION GUIDÉE	15
RÉPÉTITION DU MANTRA	15
CONFÉRENCES ET PROGRAMMES CULTURELS	16
CALENDRIER	16
CYCLE KATHA UPANISHAD PAR SWAMI ATMARUPANANDA	18
CONFÉRENCIERS	19
COURS	22
HATHA YOGA	22
MASSAGE AYURVÉDIQUE	23
BILAN AYURVÉDIQUE	24
COURS PARTICULIERS DE CHANT	25
PHILOSOPHIE VÉDANTIQUE	27
ÉVÉNEMENTS	28
JOURNÉE PORTES OUVERTES	28
RENCONTRE INTERRELIGIEUSE	28
JOURNÉE INTERNATIONALE DU YOGA	28
SOIRÉES BHAJAN, KIRTAN ET MANTRA	29
CONCERTS	29
UNIVERSITÉ DE L'HOMME	29
PRÉSENTATION ET WEEK-ENDS DÉCOUVERTE	29
INSTITUT DE RECHERCHE ET DE PRATIQUE DE YOGA VÉDIQUE	31
FORMATIONS	32
SÉMINAIRES	52
INFORMATIONS ET INSCRIPTION	54
HÉBERGEMENT ET ÉQUIPEMENTS	54
FONCTIONNEMENT DU CENTRE	54
BULLETIN D'INSCRIPTION	55

PRÉSENTATION DU CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

HISTORIQUE

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

Tout au long des siècles, l'Inde a donné naissance à 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 diversité 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 devenir l'Ordre de Ramakrishna. Le plus éminent de ces disciples 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 tout domaine. 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 existe plusieurs yogas.

Citons 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

Le mouvement Ramakrishna prit naissance en France en 1936. Inspirés par 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 de l'Inde enseigner le Védanta en France. Arrivé en 1937, il se fit connaître et apprécier en donnant des 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'acquiescer la propriété de Gretz pour y faire vivre un ashram, devenu depuis le Centre Védantique Ramakrishna. Swami Ritajananda (de 1961 à 1994), Swami Veetamohananda (1994-2019) et Swami Atmarupananda (depuis 2022), 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 en vertu de 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 de 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 (de septembre à juin)

Ouverture des portes	05h50
Méditation, chants, lectures	06h00
Petit-déjeuner	08h00
Hatha-yoga	09h00
Méditation guidée	11h00
Déjeuner	12h00
Karma yoga	12h30
Hatha-yoga	15h00
Thé	16h30
Cours de philosophie védantique	17h00
Office du soir-arati, avec chants	18h00
Dîner	19h30
Programme du soir	20h30 Questions-réponses avec Swami Atmarupananda
Fermeture des portes	21h30

DIMANCHE - JOURNÉE DÉCOUVERTE

Ouverture des portes	05h50
Méditation, chants, lectures	06h00
Petit-déjeuner	08h00
Puja	10h30
Déjeuner	12h15
Conférence, discussion ou spectacle	15h00
Thé	16h00
Office du soir-arati, avec chants	18h00
Dîner	19h30
Programme du soir	20h30 Questions-réponses avec Swami Atmarupananda
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, ils sont un mélange de saveurs des mondes oriental et occidental. Le verger et le potager nous fournissent une part de nos fruits et légumes, les vaches nous procurent le lait et des laitages et nos ruches, du miel.

LA GRANDE MAISON, LE PARC

Les deux accès de la propriété mènent à la grande maison, 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.

En s'engageant sur le chemin qui longe la serre, on aperçoit à droite un portail qui donne accès à la maison *Yatiswarananda*, et à un autre bois. Plus loin, on arrive devant un hangar qui sert d'atelier. En face, un portail permet d'entrer dans le potager, clos de murs en meulière, centré sur un puits, quadrillé d'allées et agrémenté d'un bassin où reposent des lotus 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, parallèle au 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 !





RADIO GANDHARVA GANA

1^{ère} RADIO VÉDANTIQUE

www.rggweb.fr



Radio Gandharva Gana c'est 3 stations de radios !

- **RGG1** : 1^{ère} radio védantique
- **RGG2** : Station dédiée à l'enseignement et à la pratique du yoga
- **RGG3** : Spiritual & Soulful Music Only

Radio Gandharva Gana est disponible dans votre poche en téléchargeant notre application gratuite sur l'Apple Store ou Google Play pour smartphones, tablettes et Apple Watch.

Installez, cherchez Radio Gandharva Gana.

Grâce à cette application, RGG devient 100% mobile et vous invite à profiter, où que vous soyez, de ses programmes en 4G ou en WiFi !

CÉLÉBRATIONS

Entrée libre

Les cultes sont célébrés par Swami Atmarupananda, sauf précision contraire. Ils sont suivis d'un repas végétarien convivial à 12h30 ou 20h30. Une participation aux frais de 14€ est demandée si l'on s'inscrit pour le repas.

S'inscrire à l'avance par mail : contact@centre-vedantique.fr

DURGA PUJA

Dimanche 2 octobre 2022 de 10h30 à 12h00

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

KALI PUJA

Lundi 24 octobre 2022 de 19h00 à 20h30

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

SARADA DEVI PUJA

Dimanche 11 décembre de 10h30 à 12h00

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

VEILLÉE DE NOËL

Samedi 24 décembre 2022

Noël est célébré par un pasteur chrétien et Swami Atmarupananda.

Noël est aussi le jour où Swami Vivekananda et tous ses frères disciples ont prononcé leurs vœux monastiques.

- 19h00 : L'adoration de Jésus
Puja, Swami Atmarupananda - Lecture de l'évangile de la Nativité - Service du Seigneur par Hans Waller
- 20h00 : Dîner / Repas de fête
Inscription pour le dîner - par email contact@centre-vedantique.fr
- 21h00 : Lectures et chants
Lecture de la Bhagavad Gita 2ème chapitre - Lecture du Sermon sur la montagne - Remise des cadeaux



JOUR DE NOËL

Dimanche 25 décembre 2022

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

Musique et chants - Séjour/jour/personne 42,50 € en pension complète - Accueil le 24 décembre à partir de 16h - Réservation par mail : contact@centre-vedantique.fr

PASSAGE DE LA NOUVELLE ANNÉE ET KALPATARU

Du vendredi 30 décembre 2022 au dimanche 1er janvier 2023

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.

30 décembre

- 18h00 : Arati
- 19h30 : Dîner
- 21h00 : Début de la récitation du mantra tous ensemble dans la chapelle.
La répétition dure 24h (facultative).

31 décembre

- 18h00 : Arati
- 19h30 : Dîner
- 20h00 : Dernière heure de la répétition du mantra dans la chapelle tous ensemble.
- 22h00 : Feu de Dhouni en extérieur
- 23h45 : Passage de la nouvelle année en silence dans la chapelle
- 00h15 : Distribution du prasad

JOUR DU KALPATARU

Dimanche 1^{er} janvier

- 10h30 : Puja
- 12h15 : Déjeuner
- 14h30 : Programme culturel

Séjour /personne 85 € du 30 décembre à partir de 16h au 1er janvier.

Réservation par mail : contact@centre-vedantique.fr

SWAMI VIVEKANANDA PUJA

Samedi 14 janvier 2023 de 6h00 à 7h00 et de 10h30 à 12h00

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

SWAMI BRAHMANANDA PUJA

Dimanche 23 janvier 2023 de 10h30 à 12h00

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

SHIVA RATRI

Samedi 18 février 2023 de 19h à 20h30

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

RAMAKRISHNA PUJA

Dimanche 26 février 2023 de 10h30 à 12h00

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.

SHANKARA JAYANTI

Dimanche 23 avril 2023 de 15h à 16h30

Anniversaire de Shankara (philosophe, sage et commentateur des textes védantiques) célébré par une conférence de Swami Yogananda Saraswati, de la tradition de Shankara (Ashram Kayvalya).



MÉDITATION ET PRATIQUE SPIRITUELLE



Swami Atmarupananda

Né en Amérique, Swami Atmarupananda a découvert la tradition du Vedānta lors d'un échange d'étudiants en Suède et a développé ce qui est devenu une fascination et un dévouement de toute une vie. En 1969 il a rejoint la branche de Chicago de l'Ordre Rāmakrishna de l'Inde en tant que moine.

Il a été initié par le dixième président de l'Ordre Rāmakrishna, Swami Vireswarananda, et il a ensuite passé de nombreuses années en Inde à suivre une formation monastique, philosophique et spirituelle.

Il s'est engagé dans diverses œuvres pionnières, notamment la fondation du Centre de San Diego, la Retraite Vivekānanda dans le nord de l'État de New York et le Centre Védantique à Porto Rico. Pendant de nombreuses années, il a voyagé dans divers pays du monde pour donner des conférences, pour animer des retraites en anglais

et en espagnol, pour s'engager dans un dialogue inter-spirituel et pour participer à des conférences consacrées à la recherche d'une nouvelle base spirituelle pour le développement économique et social.

De 2012 à la fin de 2017, il a été affecté au siège de l'Ordre près de Calcutta, en Inde. De là, il a été nommé ministre résident de la Vedanta Society du Grand Houston, aux États-Unis. Plus récemment, en avril 2022, il a été nommé au Centre Védantique Ramakrishna de Greta en tant que président et directeur spirituel.



MÉDITATION GUIDÉE

Entrée libre

- **Mardi de 19h à 19h45** (à partir du 4 octobre 2022)
- **Samedi de 11h à 11h45** (à partir du 10 septembre 2022)

La méditation a atteint une certaine popularité et on lui attribue de nombreux effets bénéfiques. Elle réduit le stress, elle améliore la concentration et permet de mieux réussir dans la vie. Elle nous apprend à nous détendre et à lâcher prise afin que nous puissions ralentir le rythme et «sentir les fleurs». Elle abaisse même la tension artérielle et améliore la réponse auto-immune.

Ces affirmations sont vraies, mais ce ne sont que des sous-produits bénéfiques. Le véritable but de la méditation est l'éveil spirituel qui mène à la sagesse et à la compassion. Bien avant l'éveil, nous commençons à ressentir une nouvelle liberté qui nous éloigne des vagues de la vie ordinaire, une stabilité intérieure.

Un sentiment d'intemporalité se développe et nous éprouvons un sentiment d'immortalité, même si le corps doit mourir.

Ceux qui ne veulent que les produits dérivés sont les bienvenus, mais nous, nous recherchons le Réel.

RÉPÉTITION DU MANTRA

Entrée libre

- **Dimanche à 11h** pendant la puja dans la chapelle avec l'ensemble des résidents et amis du centre.

Navakṣara mantra : mantra aux neuf syllabes - om̐ aiṁ hrīṁ klīm cāmūṇḍayai vicce

Le mantra aux neuf syllabes nous aide à nous connecter à la pure Conscience, la Réalité infinie. Notre conscience devient Cela. La récitation du mantra établit et maintient la connexion avec l'Infini, le Suprême. Derrière chaque syllabe se trouvent sa force et son pouvoir. L'égo est transformé par la répétition du mantra. Alors c'est l'intelligence du cœur qui s'exprime, elle nous révèle le Réel.

CONFÉRENCES ET PROGRAMMES CULTURELS

CALENDRIER

De septembre à juin, chaque dimanche, ont lieu des conférences publiques données par divers intervenants venant de tout horizon géographique ou religieux, pour initier à la philosophie du Védanta ou faire connaître les diverses traditions religieuses, et pour ainsi pratiquer le dialogue entre traditions.

Pour connaître les détails ou modifications de programme, consulter notre site www.centre-vedantique.fr - rubrique Activités.

SEPTEMBRE

- 04/09 Le Dharma, soutien du monde par Swami Atmarupananda
- 11/09 Présentation de l'Université de l'Homme
- 18/09 La méditation pleine conscience par Pasteur Frédérique Fournier
- 25/09 Le mantra Gāyatrī par Jaques Bancelin - Yogindra

OCTOBRE

- 02/10 Durga et la tradition du culte de la mère par Swami Atmarupananda
- 09/10 Conférence sur l'astronomie par Christian Bourdeil
- 16/10 Pas de conférence
- 23/10 Moi, le monde et Dieu par Swami Atmarupananda
- 30/10 Transformer ses blessures en force de vie au service de sa mission d'Être et d'Action par Dominique Lussan

NOVEMBRE

- 06/11 Présentation du chapitre 1 et 2 de la Katha Upanishad par Jaques Bancelin - Yogindra
- 13/11 Le surrender-yoga, le yoga d'excellence pour notre temps par Yves Baudron
- 20/11 Le journal d'une Sannyasini : Souvenirs de grands moines par Pravrajika Brahmaprana
- 27/11 Moi, le monde et Dieu par Swami Atmarupananda

DÉCEMBRE

- 04/12 Aux racines du yoga par Jacques Vigne
- 11/12 Programme culturel pour l'anniversaire de Sri Sarada Devi (consulter notre site web)
- 18/12 Conférence sur l'enseignement du Christ par le frère Benoit Billot
- 25/12 Noël – Programme culturel en présence de Swami Atmarupananda et du Pasteur Hans Waller (voir pages 10 & 11)

JANVIER

- 01/01 Journée du Kalpataru – Programme culturel (voir page 12)
- 08/01 Le Karma comme processus d'apprentissage par Swami Atmarupananda
- 15/01 Programme culturel pour l'anniversaire de Swami Vivekananda
- 22/01 Rencontre interreligieuse
- 29/01 Brahman — l'Infini par Swami Atmarupananda

FÉVRIER

- 05/02 La victoire sur la mort par Swami Atmarupananda
- 12/02 Qu'est ce que l'Existence même ? par Swami Atmarupananda
- 19/02 Fondement d'une religion universelle par Swami Atmarupananda
- 26/02 Programme culturel pour l'anniversaire de Sri Ramakrishna

MARS

- 05/03 Cycle Katha Upanishad avec Swami Atmarupananda
- 12/03 Atman, l'intérieur infini par Swami Atmarupananda
- 19/03 La méditation par Swami Atmarupananda
- 26/03 Sri Ramakrishna : qui il était, qui il est, qui il sera par Swami Atmarupananda

AVRIL

- 02/04 Cycle Katha Upanishad avec Swami Atmarupananda
- 09/04 Jésus : de la mort à l'immortalité par Swami Atmarupananda
- 16/04 Les 12 signes du zodiaque et les 12 Ādityas par Michael Lebœuf – Varuna
- 23/04 L'hymne de réminiscence matinale (Prātaḥ-smarana-stotram) par Swami Yogananda Sarasvati
- 30/04 Le Soi, la dimension divine de chaque être par Swami Atmarupananda

MAI

- 07/05 Cycle Katha Upanishad avec Swami Atmarupananda
- 14/05 La vie de Sako Ravi, Soufi et Yogi par Rodolphe Millat
- 21/05 La Nature du Silence par Swami Atmarupananda
- 28/05 Jyotis, la lumière dans les upaniṣad par Jacques Bancelin - Yogindra

JUIN

- 04/06 Les quatre piliers de la sagesse par Swami Atmarupananda
- 11/06 Cycle Katha Upanishad avec Swami Atmarupananda
- 18/06 Ce que le védanta n'est pas par Swami Atmarupananda
- 25/06 Qu'est ce que le védanta ? Swami Atmarupananda

CYCLE KATHA UPANISHAD PAR SWAMI ATMARUPANANDA

Il existe de nombreuses Upanishads, mais les dix Upanishads majeures sont celles que Sri Shankaracharya a commenté. La Katha Upanishad est l'une de ces dix Upanishads. Elle est l'une des plus poétiques et des plus faciles à lire, c'est aussi l'une des plus profondes. Pour toutes ces raisons et plus encore, la Katha Upanishad était l'Upanishad préférée de Swami

Vivekananda, il recommandait à ses disciples de la mémoriser. Elle débute par l'histoire d'un garçon nommé Nachiketa qui est envoyé auprès du Dieu de la Mort par son père en colère. Le garçon interroge alors le Dieu sur le secret de la vie après la mort. L'Upanishad constitue la réponse du Dieu : il s'agit de l'enseignement spirituel le plus élevé à propos de l'immortalité de l'âme.



CONFÉRENCIERS

Swami Atmarupananda

Voir biographie page 14

Jacques Bancelin - Yogîndra

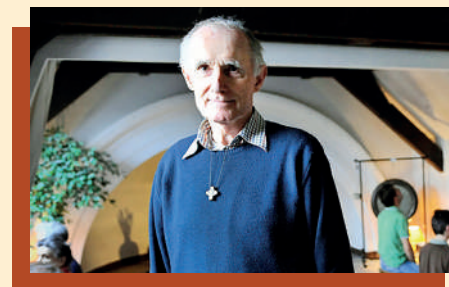
Voir biographie page 39

Yves Baudron

Voir biographie page 37

Frère Benoît Billot

Après une formation de biologiste, il embrasse la vie monastique à 25 ans au Prieuré bénédictin Saint-Benoît à Étiolles (91450). Il a été prêtre en milieu professionnel pendant deux ans, et prêtre en paroisse pendant 25 ans. Moine avant tout, il assume des responsabilités d'animation spirituelle, suit un parcours de psychanalyse et de psychologie initiatique (avec Graf Dürckheim), et devient transmetteur de la tradition hésychaste. Responsable du Dialogue Inter-religieux Monastique pour la France pendant 20 ans, il séjourne dans des monastères zen du Japon et est certifié enseignant zen. Il a fondé la Maison de Tobie en 1989 : école de vie spirituelle et d'intériorité promouvant la vie spirituelle en rapport avec le corps, le psychisme et les grandes traditions.



Au Prieuré d'Étiolles, il assume la responsabilité du jardin et du chant. Il anime stages et sessions. Profondément chrétien, intensément ouvert à toutes les sagesse spirituelles, Frère Benoît Billot se dédie depuis 60 ans à l'unification de l'être et à son incarnation. Dans l'approfondissement de sa foi, par la rencontre réelle des autres religions et pratiques, dans le dialogue inter-monastique, inter-religieux, et inter-personnel, il rassemble ici les pépites de ses explorations.

Christian Bourdeil

Conseiller municipal de la ville de Gretz-Armainvilliers délégué à la culture. Il a présidé la Société d'astronomie de l'Uranoscope d'Ile-de-France, basée à Gretz-Armainvilliers.



**Pasteur Frédéric Fournier**

Pasteur de l'Eglise Protestante Unie de France, il accompagne la paroisse de Suresnes. Il est responsable avec d'autres pasteurs d'un groupe de méditation chrétienne. Formé pour être instructeur MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction), et pratiquant

quotidiennement la méditation depuis plusieurs années, il accompagne à Suresnes un groupe de méditation pleine conscience dans un cadre laïc pour aider les participants à mieux gérer leur stress.

Michael Leboeuf - Varuna

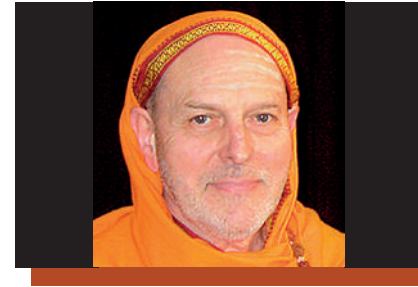
Voir biographie page 44

**Dominique Lussan**

Depuis 2001, Dominique Lussan est présidente fondatrice de HARMONIC VISION, Centre de Recherche et Développement sur les États de la Conscience et la Création de Valeur Globale. Elle fonde en 2005 l'École Adi Vajra Shakti Yoga, dans laquelle l'ensemble

des dimensions de l'Être entre en résonance par les postures, le mouvement, la danse de l'être, jusque dans l'action. Elle a développé deux recherches fondatrices qui ont donné naissance aux concepts suivants : en 2003, « Conscience et Action » permettant de mesurer la Conscience

et la Création de Valeur Globale, et en 2015, « les Sciences de l'Être appliquées à la vie ». Ces recherches prennent corps dans les formations dispensées par Harmonic Vision au sein de l'Université Libre « Conscience et Action » et du Centre expérimental agro-écologique et pédagogique de la grande terre en Cévennes.

**Swami Yogananda Sarasvati**

Swami YOGANANDA SARASVATI fut initié à 22 ans dans le saint ordre du Paramahansa Sannyâsa en 1971 par son maître Sri Swami SATCHIDANANDA à Kandy au Sri Lanka. Appartenant à la lignée «Sarasvati» des ascètes Paramahamsas, Swami est relié au

monastère de Shringeri fondé au IXe s. par Sri ADI SHANKARACHARYA (788-820). Bien versé en sanskrit et dans les textes majeurs du Vedânta, il a traduit et commenté de nombreuses œuvres de Shankara qu'il a exposées au CVR depuis 1995 à l'invitation de Swami VEETAMOHANANDA et maintenant à l'invitation de Swami ATMARUPANANDA.

Reconnu pour la grande qualité de ses enseignements et la profondeur de son expérience, il est également très apprécié pour ses chants dévotionnels et sa remarquable prononciation du sanskrit, langue dans laquelle il compose des hymnes versifiés. L'un de ses grands mérites est d'avoir toujours su garder au Vedânta son originalité et son authenticité conformes à la tradition immémoriale.

Jacques Vigne - Vigyanânand

Médecin psychiatre, il a consacré au moins la moitié de sa vie à séjourner dans les Himalayas suivant ainsi l'exemple de son maître Swami Vijyanânanda dans la tradition de Ma Anandamayi et de la moniale bouddhiste Tenzin Palmo.

Il est autant chercheur que contemplatif. Les conférences qu'il propose sont au carrefour des traditions de l'Inde et des sciences cognitives modernes en apportant des explications précises sur les liens entre ces traditions et les découvertes récentes en psychologie et en neurologie. Les méditations qu'il anime sont solidement fondées sur la tradition et conduisent les participants à en vivre les effets dans tout le système psychophysique.



COURS

HATHA YOGA

Cours gratuit

Cours donnés de septembre à juin par des professeurs diplômés de différentes fédérations qui fréquentent le Centre Védantique Ramakrishna.

- Les mercredis de 15h à 16h15
- Les jeudis de 19h30 à 20h30
- Les samedis de 9h à 10h15 et 15h à 16h15

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

Ces trois étapes 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.

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 Pantanjali 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.

MASSAGE AYURVÉDIQUE

Alain Marcelot au Centre védantique

Pour prendre rendez-vous, envoyez un mail à contact@centre-vedantique.fr

DATES 2022/2023

- Mercredi 14 septembre
- Mercredi 12 octobre
- Mercredi 16 novembre
- Mercredi 14 décembre
- Mercredi 18 janvier
- Mercredi 15 février
- Mercredi 22 mars
- Mercredi 12 avril
- Mercredi 10 mai
- Mercredi 14 juin

“ Formé pendant plus de 3 ans aux techniques de bien-être ayurvédique par un maître indien, je vous propose de recevoir un massage Abhyanga dans le magnifique Espace Ayurveda spécialement aménagé du Centre Védantique :

Le massage ayurvédique Abhyanga (littéralement massage à l'huile de tout le corps) est un massage fluide et profond qui apaise les tensions, rééquilibre les centres énergétiques (l'énergie circule mieux dans l'ensemble du corps), permet d'éliminer les toxines physiques et mentales, et contribue ainsi à créer un état émotionnel positif et une élévation de l'esprit. C'est un véritable travail énergétique qui permet au corps et à l'esprit de retrouver leur intégrité.

Je précise que j'ai également été formé en Marmathérapie (points «marmas» autrement appelés points d'acupression en médecine douce). Le travail sur ces points s'inscrit dans chaque massage pratiqué en fonction des besoins de chacun(e).

La durée du massage est de 1h ou 1h30 (massage de la tête et du visage inclus pour le massage de 1h30).

J'utiliserai de l'huile de sésame bio légèrement chauffée afin que celle-ci puisse travailler plus en profondeur lors du massage. Il y a une possibilité de temps de parole avant et après chaque massage afin que la personne massé(e) puisse si elle le souhaite exprimer ses attentes et son ressenti. Possibilité également de prendre une douche avant et après le massage ; un espace de repos privatisé sera également prévu après le massage.

Avec joie de vous masser et de prendre soin de vous !

Bien chaleureusement, ”

Alain

■ Tarifs : 60€ (1h) - 80€ (1h30)



BILAN AYURVÉDIQUE

Uniquement sur rendez-vous

Vaidya Rajalakshmi Chellappan
au Centre védantique

Pour prendre rendez-vous, envoyez un mail à contact@centre-vedantique.fr

DATES 2022/2023

- 10 septembre
- 11 mars
- 29 octobre
- 8 avril
- 12 novembre
- 13 mai
- 3 décembre
- 10 juin
- 11 février
- 8 juillet



BILAN AYURVÉDIQUE : 45min ~ 1h 80€

- 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 : 45min ~ 1h 80€

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. 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 bien-être dépend de votre engagement et de votre motivation.

Vaidya Rajalakshmi Chellappan est originaire de Chennai (anciennement Madras). Elle est Ayurvedacharya (maître d'Ayurveda). Après de longues études universitaires (7 ans) 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. Rajalakshmi a 15 ans d'expérience en tant que praticienne ayurvédique en cabinet privé.

RENCONTRE AUTOUR DE L'AYURVÉDA : de 13h30 à 14h30 entrée libre

Une rencontre pour mieux comprendre l'Ayurveda. Venez questionner Vaidya Rajalakshmi Chellappan sur les grands thèmes de cette science de vie.

COURS PARTICULIERS DE CHANT

Florian Westphal - Viveka au Centre védantique

Pour prendre rendez-vous, envoyez un mail à contact@centre-vedantique.fr

DURÉE 1h 70€

Les lundis et samedis

Pour prendre rendez-vous, envoyez un mail à contact@centre-vedantique.fr
Ils se prennent librement, de façon occasionnelle ou régulière.

CONTENU

- État 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.

FORMULE SPECIALE DÉBUTANTS

DURÉE au moins 2h **120€**

Bilan Vocal Général

C'est une formule particulière.

Le bilan se fait sur la valeur d'une demi-journée.



PHILOSOPHIE VÉDANTIQUE

Swami Atmarupananda

De septembre à juin, chaque samedi à 17h, ont lieu des cours de philosophie védantique donnés par Swami Atmarupananda. Ils ont pour but d'initier à la philosophie du Védanta. Ils sont ouverts à tous. Pour connaître les détails ou modifications de programme, consulter notre site : www.centre-vedantique.fr, rubrique activités.

SEPTEMBRE

- 03/09 Le Karma Yoga
- 10/09 Journée portes ouvertes (voir page 28)
- 17/09 Le Raja yoga
- 24/09 Le Bhakti yoga

OCTOBRE

- 01/10 Le Jnana yoga
- 08/10 Le Karma Yoga
- 15/10 Le Raja Yoga par Br. Ishachaitanya
- 22/10 Moi, le Monde et Dieu
- 29/10 Une introduction au Vivekachudamani par Yves Baudron

NOVEMBRE

- 05/11 La Bhagavad Gita chapitre 6 (1ère partie) par Jacques Bancelin - Yogindra
- 12/11 La Bhagavad Gita chapitre 6 (2ème partie) par Jacques Bancelin - Yogindra
- 19/11 «Qui suis-je ? - Les expériences de l'Inde en matière de conscience» par Pravrajika Brahmaprana ?
- 26/11 «Une prescription pour le bien-être spirituel» - Les Yoga Sutras de Patanjali par Pravrajika Brahmaprana

DÉCEMBRE

- 03/12 Le Bhakti yoga
- 10/12 Le Jnana yoga
- 17/12 Le Karma Yoga
- 24/12 Veillée de Noël (Voir page 10)
- 31/12 Passage de la nouvelle année (voir page 11)

JANVIER

- 07/01 Le Raja yoga
- 14/01 Le Bhakti yoga
- 21/01 Rencontre interreligieuse (voir page 28)
- 28/01 Le Jnana yoga

FÉVRIER

- 04/02 Le Karma Yoga
- 11/02 Le Raja yoga
- 18/02 Le Bhakti yoga
- 25/02 La forêt des 4 yogas

MARS

- 04/03 Le Jnana yoga
- 11/03 Le védanta au quotidien
- 18/03 Le silence
- 25/03 Le Karma Yoga

AVRIL

- 01/04 Le Raja yoga
- 08/04 Le Bhakti yoga
- 15/04 Le Jnana yoga
- 22/04 Le Karma Yoga
- 29/04 Le Raja yoga

MAI

- 06/05 Le Bhakti yoga
- 13/05 Le Jnana yoga
- 20/05 Le Karma Yoga
- 27/05 Le Raja yoga

JUIN

- 03/06 Le Bhakti yoga
- 10/06 Le Jnana yoga
- 17/06 Journée internationale du Yoga (voir page 28)
- 24/06 Le Karma Yoga

ÉVÉNEMENTS

JOURNÉE PORTES OUVERTES

- Samedi 10 septembre de 9h à 21h30

Visite guidée de l'ashram, méditation, yoga, conférence et ateliers découverte de l'Université de l'Homme.

Déjeuner sur place avec les résidents (12,5€)

Programme détaillé sur le site : www.centre-vedantique.fr - rubrique activités

RENCONTRE INTERRELIGIEUSE

- 21 et 22 janvier

Thème : « *Transformation de soi, transformation du monde* »



Qu'est-ce que la transformation humaine ? Quel est le besoin ? Quel est l'idéal et qu'est-ce qui est possible ? Quels sont les outils de transformation ? Quelles sont les étapes ? Une feuille de route est-elle fournie ?

Possibilité de loger sur place du vendredi au dimanche. 120€ en pension complète.

Réservation par mail : contact@centre-vedantique.fr

Programme détaillé sur le site :

www.centre-vedantique.fr - rubrique activités

JOURNÉE INTERNATIONALE DU YOGA

- Samedi 17 juin de 9h à 21h30

Sous le haut patronage de l'Ambassade de l'Inde

A l'occasion de la Journée Internationale du Yoga, le Centre Védantique Ramakrishna vous propose *une journée de rencontre autour du yoga* avec des professeurs de différentes traditions.

Vous pourrez :

- pratiquer avec eux
- visiter la boutique du centre
- rencontrer des intervenants sur des stands
- manger indien (12,5€)

Programme détaillé sur le site :

www.centre-vedantique.fr - rubrique activités



SOIRÉES BHAJAN, KIRTAN ET MANTRA

avec Florian Westphal et le groupe yoga du chant

Un samedi une fois par mois de 20h30 à 21h30

- | | | |
|---------------------|--------------------|-----------------|
| • 10 septembre 2022 | • 26 novembre 2022 | • 25 mars 2023 |
| • 1er octobre 2022 | • 28 janvier 2023 | • 15 avril 2023 |
| • 29 octobre 2022 | • 18 février 2023 | • 13 mai 2023 |

CONCERTS

de Naren & Sarada

- | | | |
|---------------------|----------------------|-------------------|
| • 8 octobre à 20h30 | • 14 janvier à 20h30 | • 17 juin à 20h30 |
|---------------------|----------------------|-------------------|

Leur musique est un mélange de rock, pop et folk. Beaucoup des thèmes abordés par

le groupe tournent autour de la spiritualité et de la quête existentielle. La musique de Naren & Sarada est imprégnée d'un profond amour pour le mysticisme oriental.



UNIVERSITÉ DE L'HOMME

PRÉSENTATION & WEEK-ENDS DÉCOUVERTE

PRÉSENTATION

« La connaissance mène à l'unité comme l'ignorance conduit à la diversité »

Ramakrishna

« Y a-t-il quelque chose qu'il faille davantage enseigner que l'unité de l'Univers et la foi en soi-même ? »

Vivekananda

La spécialisation des sciences et techniques est due à leur progrès : nul ne peut, aujourd'hui, maîtriser un domaine sans en être un spécialiste ou un expert. Mais cette spécialisation fragmente la connaissance et rend donc plus difficile la vision synthétique, la vue d'ensemble.

Notre idéal, disait Vivekananda, ne doit pas être la spécialisation mais l'universalisation.

Pour réaliser cet idéal, nul besoin de parcourir le monde ni d'en scruter tous les détails : « Aucune connaissance ne vient de l'extérieur, tout est en nous. Si nous nous exprimons avec précision, psychologiquement parlant, au lieu de dire qu'un homme "sait", nous devrions dire qu'il "dévoile" : ce qu'il "apprend" est en fait ce qu'il "découvre" en retirant le voile qui masque son âme, cette âme qui est une mine de connaissance infinie ».



C'est dans cet esprit que Swami Veetamohananda, président du Centre Védantique de 1994 à 2019, a fondé l'Université de l'Homme, une université de l'Homme total, intégral ou universel, poursuivant ainsi le travail de son prédécesseur, Swami Siddheswarananda (président de 1937 à 1957). Ses premières formations ont été données en septembre 2014.

Au mois de septembre 2019, Swami Atmapriyananda, vice-chancelier du Ramakrishna Mission Vivekananda Educational and Research Institute (RMVERI), est venu spécialement en France pour rencontrer les professeurs intervenant à l'Université de l'Homme, afin d'étudier la possibilité d'un partenariat avec le RMVERI.

Trois semaines avant son décès, Swami Veetamohananda a eu la joie d'apprendre que des démarches officielles étaient entreprises pour que le Centre de Gretz soit reconnu comme une antenne du RMVERI, établissement universitaire fondé en 2005 par la Mission Ramakrishna et agréé par les autorités indiennes.

De même que les quatre yogas (yoga du service, yoga de l'amour, yoga de la connaissance et yoga de la méditation)

nous appellent à développer les potentialités qui sont en nous, les formations proposées dans l'Université de l'Homme visent à développer l'excellence de notre personnalité, tant pour notre bénéfice que pour celui de l'humanité.

Sous le haut patronage de S.E. Mme Ruchira Kamboj, ambassadrice de l'Inde auprès de l'Unesco, l'Université de l'Homme a lancé, à l'occasion des Journées Internationales du Yoga en juin 2017, un groupe de recherche sur la pratique du yoga, posant les premières bases de ce qui est devenu aujourd'hui l'Institut de Recherche et de Pratique du Yoga. Cet Institut a pour but d'étudier l'effet des postures, des mantras, du pranayama et de la méditation sur le système psychophysique, et d'approfondir le sens originel du mot « yoga » qui signifie « union ».

Tous les programmes, conçus et initiés par Swami Veetamohananda, sont dorénavant proposés sous l'autorité spirituelle de Swami Atmarupananda, président du Centre Védantique de Gretz.

WEEK-ENDS DÉCOUVERTE

• Week-end découverte des formations le 10 et 11 septembre

Voir programme détaillé sur notre site : www.centre-vedantique.fr - rubrique Activités
Possibilité de loger sur place du vendredi au dimanche. 120€ en pension complète.
Réservation par mail : contact@centre-vedantique.fr

• Week-end découverte de l'Institut de recherche et de pratique de yoga védique 17 et 18 septembre

Voir programme détaillé sur notre site : www.centre-vedantique.fr - rubrique activités
Possibilité de loger sur place du vendredi au dimanche. 120€ en pension complète.
Réservation par mail : contact@centre-vedantique.fr

Avec Swami Atmarupananda et les intervenants

Dates : 10-11/09/2022 • 17-18/09/2022

Tarif : 120€ (interne) - 60€ (externe)

INSTITUT DE RECHERCHE ET DE PRATIQUE DE YOGA VÉDIQUE

La formation se déroule en résidentiel au CVR, en 4 ans.

Toutes les pratiques de l'ashram font partie de la formation : méditations, chants, lectures, offices du matin et du soir, pratique de mantras, conférences, karma yoga, etc. L'objectif de la formation est de former des hommes et des femmes, dans leur personnalité idéale et totale, des yogis qui pourront transmettre au monde actuel le yoga dans toutes ses dimensions.

Toute personne intéressée par cette formation et désireuse de s'inscrire dans cette démarche de quatre années, adressera sa demande par courriel au Centre Védantique.

La formation est placée sous l'autorité spirituelle de Swami Atmarupananda.

Les enseignants sont plus des guides que des enseignants au sens classique du terme car l'Institut est aussi pour eux une contribution importante à leur recherche personnelle.

Cette formation de yoga védique est originale car les élèves eux-mêmes participent à la recherche par leur propre découverte de l'effet des postures, des mantras, du prāṇāyāma, de la méditation, etc... sur le système psycho-physique. Cette expérience se concrétise par la rédaction d'un mémoire de fin d'année et par le choix d'un sujet de mémoire de fin d'étude.

Outre ces thèmes imposés, les étudiants sont invités à venir à l'ashram aussi souvent que cela leur est possible de façon à apporter leur savoir-faire et leur enthousiasme à la collectivité. Ils ont la possibilité de réaliser en autonomie des travaux divers tels que : réalisation et gestion de la bibliothèque du centre, yoga des vaches, yoga des abeilles ; mais aussi de faire profiter la collectivité des résidents et des dévots de leurs connaissances personnelles, massages, chant, accompagnement à l'harmonium, etc.

Entre deux week-ends les étudiants doivent travailler par eux-mêmes sur les textes qui ont été proposés et donner leur propre interprétation sous la forme d'une réflexion personnelle. Pour illustrer l'enseignement ils proposeront des pratiques de tout type en faisant appel à leur créativité sur le fond et la forme.

Ils produiront en fin de chaque année un document décrivant leur expérience personnelle vécue par rapport aux axes de recherche de l'année.

La formation est diplômante après remises de documents écrits, présentation de pratiques à partir de la troisième année et écriture d'un mémoire en quatrième année.

Pour une année, enseignement et hébergement en interne tout compris (chambre double, draps et serviettes fournis), le coût est de 1680€ au total.

FORMATIONS ESPRIT

CYCLE VÉDANTA : LA SCIENCE SACRÉE

3 formations avec Swami Atmarupananda et Martine Texier - Paramesvari

- Vendredi 21 octobre 17h - mardi 25 octobre 16h30
- Dimanche 19 février à 17h - dimanche 26 février 16h30
- Dimanche 23 avril à 17h - dimanche 30 avril 16h30

1 • *Moi, le monde, et Dieu*

Qui suis-je ? Qu'est le monde ? Qui ou qu'est Dieu ?

Nous avons trois champs d'expérience. Le premier est le champ d'expérience objectif, celui qui occupe la majeure partie de notre attention - le monde qui nous entoure. Et dès notre naissance, nous essayons de le comprendre.

Le second champ est le subjectif - *je* qui fait l'expérience. Étrangement, nous considérons ce champ comme acquis et nous y pensons très peu. Nous pensons que nous savons qui nous sommes et que nous n'avons donc pas besoin de nous y intéresser. C'est vrai que si nous avons des problèmes mentaux ou émotionnels, nous consultons un psychologue ou un prêtre, mais c'est pour soigner un problème, non pas pour découvrir qui nous sommes. Nous tenons notre identité pour acquise.

Et il existe un troisième champ d'expérience qui n'est pas du tout évident.



Ce champ peut être décrit comme le champ de l'explication, du sens. Quel est le sens de tout cela ? Nous pouvons appeler ce champ "Dieu", et pensez à "Dieu" ici comme à un substitut de "sens", et en tant que tel, il s'applique même à ceux qui ne croient pas au Dieu de la religion. Quelle est l'explication de tout cela - le subjectif et l'objectif ? Quelle est la réalité qui se cache derrière tout cela ? Quelle est la valeur de toute cette expérience ? Quel est le but ultime ? Telles sont les questions qui se posent à propos de ce troisième domaine que nous appellerons, par commodité, "Dieu".

Dans ce séminaire, nous allons examiner en détail ces trois champs d'expérience. Pourquoi ? Parce que, d'un certain point de vue, la vie spirituelle est un effort pour changer notre perception. Et notre perception est en fait basée sur nos idées. Nous pensons que nous sommes comme une caméra, qui ne fait que refléter ce qui est réellement présent et réel autour de nous. En réalité, nous percevons le monde de nos idées. Si nos idées changent, notre perception commence à changer, et donc notre monde change. C'est pourquoi le Védanta accorde une grande attention à l'apprentissage de la pensée de soi, du monde et du sens de tout cela.

Dans ce séminaire, nous le ferons de manière expérimentale et non abstraite. Dans chacun de ces champs d'expérience, nous pratiquerons des méditations qui nous aideront à changer notre façon de voir les choses. C'est un élément central de la transformation.

En termes simples, nous nous demanderons : "Qui suis-je ? Qu'est le monde ? Qui ou qu'est Dieu ?

Intervenants : Swami Atmarupananda • Martine Texier - Parameshvari

Dates : 22-25/10/2022

Tarif : 240€ (interne) - 120€ (externe)

Un certificat sera remis pour les personnes ayant suivi la formation dans son intégralité

2 • *La forêt des 4 Yogas*

Un yoga est un chemin vers l'illumination. Dans la tradition du Védanta, il existe de nombreux yogas, tels que le kundalini yoga, le laya yoga, le mantra yoga, le hatha yoga, le nada yoga, et c'est juste le début de la liste. Chacun des dix-huit chapitres de la Bhagavad Gita porte le nom d'un yoga distinct.

Tout en acceptant tous les différents yogas, Swami Vivekananda les a tous résumés en quatre yogas principaux - le jnana yoga, le bhakti yoga, le raja yoga et le karma yoga ; c'est-à-dire les yogas de la connaissance, de l'amour, du contrôle mental et de l'action. Chacun de ces quatre yogas est lui-même un vaste domaine dans lequel tous les efforts

spirituels peuvent être résumés, non seulement dans l'hindouisme mais aussi dans toutes les religions du monde. On voit ainsi à quel point le domaine du yoga est immense. Chacun de ces quatre yogas n'est pas un chemin mais un vaste domaine avec de nombreuses approches, de nombreuses pratiques et de nombreux idéaux.

Parlant des quatre yogas, Swami Vivekananda dit que l'on peut se consacrer à un yoga particulier, ou à une combinaison de deux yogas ou plus, ou à une harmonie des quatre yogas. Nous commençons à voir que trouver notre chemin dans l'univers de ces quatre vastes domaines des yogas est en soi une tâche ardue.

Mais la difficulté ne s'arrête pas là. Chaque personne est différente de toutes les autres. Notre chemin spirituel sera donc différent du chemin des autres, et je dois trouver mon propre chemin, c'est-à-dire mon propre « yoga » individuel au sein de ces quatre yogas. En termes mathématiques, mon parcours ou mon yoga est fonction de mon individualité.

D'où « la forêt des 4 yogas » : comment se repérer dans cette vaste forêt ?

C'est le thème de ce séminaire consacré à donner du sens aux choix qui nous sont proposés par les yogas.

Intervenants : Swami Atmarupananda • Martine Texier - Parameshvari

Dates : 20-26/02/2023

Tarif : 420€ (interne) - 210€ (externe)

Un certificat sera remis pour les personnes ayant suivi la formation dans son intégralité

3 • Les 3 espaces de Méditation

La méditation, comme le karma, est un concept spirituel si bien connu que le mot fait désormais partie du vocabulaire courant. Mais lorsqu'il s'agit de la pratique proprement dite, très peu de gens savent ce qu'elle est ou pourquoi il faut la pratiquer, et encore moins comment la pratiquer.

Lorsque nous cherchons à apprendre une méthode de pratique, nous constatons qu'il existe la méditation yogique, la méditation bouddhiste de pleine conscience, la méditation des divinités tibétaines, la méditation Zazen, les systèmes chrétiens de méditation, pour n'en citer que quelques-uns. Il existe des méditations sur le son, sur les symboles, sur le mantra, sur les balles de golf, la marche méditative, la méditation de relaxation, la méditation de yoga nidra.

Parfois, la méditation est comprise de manière populaire comme le fait de rendre l'esprit vide. Il existe la méditation laïque, utilisée comme une méthode pour contrôler le stress. D'autres la présentent comme un moyen de réussir, que ce soit dans la vie académique, la vie professionnelle ou l'athlétisme. Certains enseignent même la méditation comme un moyen de renforcer le système immunitaire. La méditation peut avoir de nombreux effets secondaires mais ce n'est pas le but de la méditation. Ce séminaire enseignera le quoi, le pourquoi et le comment de la méditation, et même le où et le quand. Il nous permettra également de donner un sens à la grande variété des pratiques de méditation. Mais il ne s'agira pas d'un séminaire théorique ou académique. Bien qu'il y ait beaucoup à comprendre et à réfléchir, l'accent sera mis sur la façon de pratiquer.

Nous apprendrons à connaître les trois espaces de la méditation, c'est-à-dire les trois grandes divisions de la méditation : la méditation orientée vers l'objet, la méditation subjective et le processus de méditation. Tous les types de méditation relèvent de l'un de ces trois espaces. Nous serons ensuite guidés dans des pratiques illustrant chaque espace, afin de les voir de l'intérieur, de manière expérimentale. Aucune expérience préalable de la méditation n'est requise, mais ceux qui ont déjà une pratique trouveront dans ce séminaire une meilleure compréhension qui leur permettra d'aller plus loin dans leur pratique.



Martine Texier - Paramesvari

Formatrice en yoga, yoga nidra védique, yoga kriya védique et Yoga Maternité Naissance à l'Université de l'Homme. Elle a suivi avec joie l'enseignement de Swami Veetamohananda. Depuis plus de 40 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. Formatrice pendant trente-deux ans et directrice pendant six ans à l'école de yoga d'Évian. Directrice de l'école EVE yoga Maternité Naissance à Évian pendant quinze ans.

Intervenants : Swami Atmarupananda • Martine Texier - Paramesvari

Dates : 24-30/04/2023

Tarif : 420€ (interne) - 210€ (externe)

Un certificat sera remis pour les personnes ayant suivi la formation dans son intégralité

APPRENDRE LE SANSKRIT

Yves Baudron

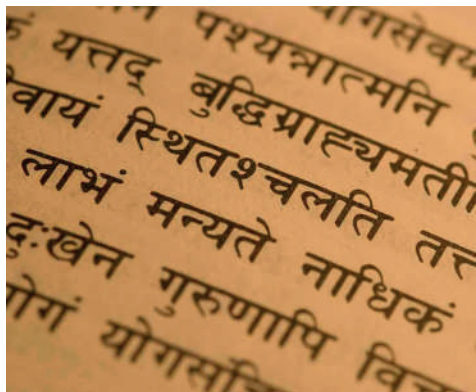
Les enseignements de Ramakrishna et de Vivekananda sont un appel à la créativité : un de leurs buts vise à développer toutes les potentialités de l'humanité. La science, l'art, la technique, comme aussi bien les tâches quotidiennes, tout doit être éveillé par ce souffle de l'esprit, en chacun de nous, de telle sorte que tous nous développons l'excellence de notre personnalité, pour notre bénéfice et celui de l'humanité.

Pourquoi apprendre le sanskrit ?

Pour tous ceux qui veulent comprendre les sources de notre culture, pour tous ceux qui se passionnent pour l'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 ».

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 ?

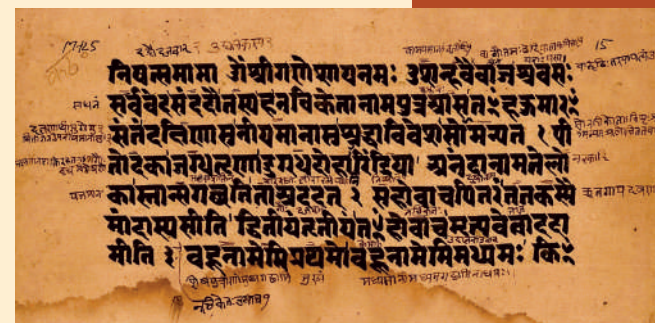
Il est souvent demandé : «le sanskrit est bien une langue morte, n'est-ce pas ?». La réponse est non. En tout cas pas dans le sens où nous l'entendons pour le grec ancien et le latin. Jusqu'en 1850 environ, l'essentiel des recherches humaines, en Inde, dans quelque secteur d'activité que ce soit, était 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 cultuelle 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 XXIème 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.



Yves Baudron

Professeur de sanskrit depuis 15 ans et responsable du cours de sanskrit et de philosophie indienne. Traductions de textes classiques (métaphysique de l'advaita-védanta). Membre permanent de plusieurs groupes de dialogue interreligieux.

Intervenant : Yves Baudron

Dates : 15-17/09/2022 • 24-26/11/2022 • 12-14/01/2023 • 09-11/03/2023 • 01-03/06/2023

Tarifs : 180€ (interne) - 90€ (externe)

PRIÈRES VÉDIQUES dans la vibration du sanskrit

Jacques Bancelin - Yogîndra

Le chant des mantras et des prières védiques est une part essentielle de la pratique du vedānta. Il prépare à la méditation par le silence intérieur qu'il apporte.

Les mantras et les prières védiques sont dits et chantés en sanskrit, la langue de l'Inde ancienne, toujours vivante. Ils ont été reçus par les Ṛṣi, les scientifiques spirituels qui les ont reçus et transmis à travers les siècles, la transmission orale étant une garantie de la fidélité à la langue originelle. Le chant des mantras prononcés en sanskrit (saṁskṛta, la langue parfaite) met en vibration toutes nos cellules et molécules.

Pour que les mantras et les prières védiques apportent leur pleine efficacité, il est important que la prononciation soit juste et que la signification soit comprise. Alors tout notre être s'accorde à la vibration de l'infini, la conscience individuelle s'ouvre et finit pas se fondre dans la Conscience infinie. Tous ces textes seront l'occasion d'évoquer le sanskrit et la philosophie védantique qui seront éclairés par la pratique du yoga comme une initiation à la langue des dieux et aux mantras universels.

Ces séminaires tentent d'intégrer le jñāna yoga, yoga de la connaissance par l'étude du sanskrit pour comprendre les textes dans leur profondeur, le bhakti yoga, par leur pratique dans la profondeur de notre cœur, le karma yoga par la participation active aux tâches de l'ashram.

Au cours de ce week-end un yoga nidra viendra nourrir l'élévation de conscience. Ce yoga nidra, inspiré par les textes sacrés que sont les Upaniṣad permettra une autre expérience, celle d'être enveloppé par la conscience pour éveiller chaque cellule et molécule de tout notre être.



ॐ त्र्यम्बकं यजामहे
सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम्
उर्वारुकमिव बन्धनान्
मृत्योर्मुक्षीय मामृतात्

Ces séminaires proposent :

- une approche de la «langue parfaite» par une initiation simple au sanskrit à partir des mantras et prières étudiés
- la pratique de ces prières
- la participation aux activités de l'ashram
- l'étude simplifiée de passages des textes sacrés tels que la Bhagavad Gītā
- des pratiques de yoga védique et de méditation inspirées par les mantras et les textes étudiés

Les séminaires sont ouverts à tous sans connaissance préalable.

Chaque séminaire comporte un thème principal basé sur quelques-unes des prières universelles et personnelles et sur des mantras védiques provenant des veda ou des upaniṣad. A chaque fois d'autres textes seront étudiés : des passages choisis de la Bhagavad Gītā, de certaines upaniṣad, ou de mantras utilisés dans les rituels.

Dates et thèmes indicatifs :

- 24 et 25 septembre 2022 Le mantra Gāyatrī et le Navākṣara mantra Cāmuṇḍāyai
- 10 et 11 décembre 2022 Le Gurustotram et des śānti mantra tels que Asato mā sad gamaya, Saha nāvavatu
- 4 et 5 février 2023 Le Mahāmṛtyuñjaya mantra et des śānti mantra tels que Madhu vātā ṛtayate
- 22 et 23 avril 2023 Le Navākṣara mantra Cāmuṇḍāyai et les prières personnelles telles que tejo'si et pūrṇam adaḥ
- 27 et 28 mai 2023 Le Śrī Rāmakṛṣṇa stotram (om hṛīm ṛtaṁ) et des śānti mantra tels que Sarve bhavantu sukhinaḥ
- 1 et 2 juillet 2023 Les mantras d'immortalité et les śānti mantra tels que om dyauḥ śāntir

Intervenant : Jacques Bancelin - Yogîndra

Tarif : 120€ (interne) - 60€ (externe)

Un certificat sera remis pour les personnes ayant suivi la formation dans son intégralité



Jacques Bancelin - Yogîndra

Enseignant de yoga depuis 15 ans et formateur en yoga. Après une formation d'ingénieur, il a exercé des responsabilités managériales en entreprise pendant 35 ans et il a découvert le yoga à l'âge de 30 ans qui, plus tard, est devenu son chemin de spiritualité.

Pendant de nombreuses années il a approfondi sa recherche dans la voie du vedānta d'abord par l'enseignement d'Arnaud Desjardins à son ashram de Hauteville, puis, après quelques voyages en Inde, au Centre Védantique Rāmakṛṣṇa de Gretz où il a suivi assidûment l'enseignement de Swami Veetamohananda. Son intérêt pour le yoga et le vedānta, l'a amené à étudier le sanskrit pour traduire et mieux comprendre les textes fondamentaux. Il pratique les rites védiques, tels que Swami Veetamohananda les lui a transmis, et le chant des mantras usuels C'est avec passion qu'il s'attache maintenant à transmettre ce qu'il a reçu.

CYCLE LE VOYAGE DE LA MORT

3 formations avec Swami Atmarupanada et Géraldine Farion - Janaki

- Mercredi 23 novembre 17h - vendredi 25 novembre 17h
- Mercredi 15 mars 17h – vendredi 17 mars 17h
- Mercredi 21 juin 17h – vendredi 23 juin 17h

Au cours de ces 3 séminaires nous découvrirons la mort comme un chant d'amour.

Entrer en amour avec la mort c'est assimiler notre propre mortalité et celle de l'autre, c'est discerner qui meurt et qui ne meurt pas. Ces séminaires seront le moment de se rencontrer soi avec soi sur ce sujet, puis de nous préparer nous-même à accompagner un proche vers le passage et enfin de se donner les moyens de l'accompagner le moment venu et d'envisager l'absence, le deuil.

1 • Découvrir la mort

Le philosophe disait : « Si tu veux apprendre à bien vivre, apprends auparavant à bien mourir ». La mort n'est pas le contraire de la vie, c'est une étape de la vie elle-même. Il suffit de regarder la nature qui nous montre continuellement la mort. La loi de la transformation règne. La société actuelle dénie la mort, on voudrait nous faire croire que mourir n'est pas naturel. Mourir est un passage, la mort demande du temps et nous avons toute notre vie pour nous y préparer. La mort n'est pas un objet, elle ne s'observe pas. C'est un processus qui ne peut que s'expérimenter. C'est bien pour cela qu'elle crée autant de questions et de peurs.

Dans ce premier séminaire nous aborderons :

- Qu'est ce que mourir ?

Assimiler notre propre mortalité, celle de l'autre.

- Qui meurt ?

Assimiler le côté impermanent de la vie. Le corps meurt, le Soi est permanent, c'est pourquoi la mort est un passage vers une autre sorte de vie, un passage d'une rive à l'autre. Il y a une vie au-delà de ce corps que nous habitons, auquel nous nous sommes identifiés, attachés ...

Si la mort s'inscrit dans le processus de la vie, cela n'empêche pas la nécessité absolue de s'y préparer et de prendre son temps pour mourir. Souhaiter mourir d'un claquement de doigt relève du pur égoïsme. Une mort subite ne permet de préparer ni celui qui meurt, ni ses proches.

- Embrasser la mort avec amour

Entrer en amour avec la mort, l'assimiler.

Intervenants : Swami Atmarupananda • Géraldine Farion - Janaki

Dates : 23-25/11/2022

Tarif : 120€ (interne) - 60€ (externe)

Un certificat sera remis pour les personnes ayant suivi la formation dans son intégralité

2 • Chant d'Amour, chant de Mort - Se préparer à accompagner un proche dans le passage

Parce que nous n'avons jamais expérimenté la mort, parce que le processus de la mort ne peut être partagé avec celui qui va mourir, nous voilà confronté à nos peurs et à celles de celui qui va mourir. Dans cette étape, il sera essentiel pour pouvoir l'accompagner, d'être nous-même le plus clair possible avec la mort, de façon à ne pas projeter nos peurs, nos souhaits, nos croyances sur celui que nous accompagnerons.

Dans ce séminaire nous aborderons :

- De la peur vers l'Amour et la paix

Bien que nous soyons l'infini, aujourd'hui notre expérience de la vie et de la mort est dans la finitude. Nous devons conscientiser notre finitude pour permettre à nos peurs de se transformer. Quoi de mieux que notre quotidien pour l'expérimenter ? Appréhender chaque fin, prendre conscience que des nombreuses fins se présentent et voir que nous acceptons ces petites fins. Se rendre compte combien de fois nous ne nous accrochons pas à ces petites fins. De là glisser à Être dans le moment présent pour ne plus laisser de place au passé et au futur, le cœur pourra s'ouvrir à l'Amour et glisser vers la paix. La paix de vivre pleinement le présent nous permettra de passer de la peur à l'Amour pour ce qui se présentera.

- Mourir à moi pour Naître à Soi : apprendre à mourir

Parce que la mort doit être la plus douce possible pour le psychophysique, il est important en amont d'intégrer les 5 étapes pour entrer paisiblement dans la mort. Ce cheminement nous permettra de nous préparer à la fois nous-même vers notre propre mort mais aussi dans l'accompagnement de nos proches.

Apprendre à entrer en Soi en créant nos propres rituels nous aidera à aller vers ce passage paisiblement, éclairés par cette Lumière. S'en remettre à elle et se laisser guider par elle. Pour que, finalement, tel un rite de passage, nous puissions vivre notre mort symbolique pour naître au Soi.

Intervenants : Swami Atmarupananda • Géraldine Farion - Janaki

Dates : 15-17/03/2023

Tarif : 120€ (interne) - 60€ (externe)

Un certificat sera remis pour les personnes ayant suivi la formation dans son intégralité

3 • Accompagner un proche vers son passage et nous vers l'après

Bien souvent nous nous disons « je ne saurais pas comment faire, quoi faire ». La peur nous envahit, nous paralyse et le mourant le sent. Ceci bloque alors deux processus : celui du mourant à quitter sa vie, le nôtre en ne pouvant libérer l'Amour Inconditionnel qui permettrait de nous libérer tous à ce moment si particulier.

Le savoir nous sera de peu d'aide. C'est avec le cœur et l'âme que nous devons entrer dans le processus d'accompagnement : libérer l'Amour Inconditionnel en Soi. Alors seulement nous sera révélé que ce sont eux, les mourants qui nous enseignent et nous offrent un cadeau unique. Ayons le courage de nous assoir tranquillement à leur côté et d'écouter le cœur à cœur.

- Parce que mourir ne devrait pas être souffrance.
 - Assurer l'absence de souffrance physique
 - Respecter l'intégrité de la personne accompagnée
 - Créer une ambiance de soutien et répondre aux vœux de la personne
 - Rechercher des textes dans la tradition de la personne accompagnée, si elle n'a pas de tradition la calmer, la rassurer, comme si elle allait dormir
- La mort comme une naissance :
 - Quitter le cocon
 - Libérer le papillon
 - Le film de sa vie en grand écran
- Amour : vie et mort.
 - Les deux faces d'une même pièce
 - Comment aborder l'après, l'absence, le deuil.

Ces 3 séminaires s'appliqueront avant tout à respecter la personne qui va mourir et à apprendre à ne pas projeter nos croyances, nos souhaits.



Annick Torres – Akhila

Géraldine Farion - Janaki

C'est une rencontre qui lui fait changer radicalement de vie et la fait rentrer en ostéopathie il y a 20 ans. Elle ferme son agence de représentation d'artistes et reprends ses études : ostéopathie et kinésiologie. Elle ouvre son cabinet en 2005 et transmet le yoga depuis 15 ans, en le pratiquant depuis plus de 20 ans, tant en cours collectifs, qu'individuels ou en ateliers.

Ce sont dès lors l'ostéopathie et le yoga qui l'animent mais en allant au-delà : la pratique du soin par le toucher avec le cœur. Elle accompagne chacun pour qu'il puisse révéler son potentiel comme cela a été possible pour elle.



Elle poursuit sa recherche et enrichit sa pratique au fil des expériences et des rencontres. Elle utilise aujourd'hui le son de sa voix, le tambour et le bol de cristal dans sa pratique : tout est vibration. La rencontre décisive avec Swami Veetamohananda lui permet d'assumer pleinement son engagement spirituel et de le vivre totalement au quotidien.

Intervenants : Swami Atmarupananda, Géraldine Farion - Janaki

Dates : 21-23/06/2023

Tarif : 120€ (interne) - 60€ (externe)

Un certificat sera remis pour les personnes ayant suivi la formation dans son intégralité

ASTROLOGIE VÉDIQUE

Michaël Lebœuf - Varuna

• Séminaire 3 et 4 décembre 2022

Thème : **Quelles sont les planètes qui nous influencent actuellement ?**

Nous étudierons la planète qui est en relation avec notre âge et celle de la sous-période dans le système des périodes appelé Vimshottari Dasha. La position de ces planètes dans le thème et les vargas, cartes divisionnaires, nous renseigne sur ce que nous traversons actuellement.

Intervenants : Michaël Lebœuf - Varuna

Tarif : 120€ (interne) - 60€ (externe)

• Séminaire 15 et 16 avril 2023

Thème : Jyoti a et yoga védique

Ce séminaire est une expérimentation de la rencontre entre deux sciences védiques. Nous découvrirons la signification des 9 planètes et leur force et faiblesse dans le thème de naissance des participants pour explorer ensuite les postures du yoga en parallèle avec les énergies planétaires. Un rituel pour honorer les qualités supérieures des 9 planètes clôturera le week-end.

Intervenants : Michaël Lebœuf - Varuna • Jacques Bancelin - Yogîndra

Tarif : 120€ (interne) - 60€ (externe)



Michaël Lebœuf - Varuna

Astrologue védique, auteur et conférencier. Membre de la direction collégiale de Tathâta Vrindham France. Membre fondateur du centre Namaskaram. Représentant de Tathâta Vrindham France à la Fédération Védique de France.

CORPS

AYURVEDA soins et techniques de base

Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Une série de 10 week-ends sont proposés, constitués en 2 sessions de 5 jours. Chaque week-end est unique sur le thème et comporte

- une partie pratique
- une partie théorique
- une partie herboristerie avec préparation de produits, l'enseignement est progressif.

L'objectif est de permettre aux participants de découvrir l'ayurvêda et d'acquérir les bases de massage ayurvédique pour une utilisation personnelle (soins des cures Panchakarma). La participation à ces week-ends est ouverte à tous, sans connaissance préalable en ayurvêda.

Dates et thèmes abordés :

- 30 sept au 2 octobre 2022 Initiation à l'ayurvêda et base du massage ayurvédique à l'huile (Abhyanga) - Sarvanga Abhyanga : massage ayurvédique de tout le corps.
- 14 au 16 octobre 2022 Massage des parties du corps Shiro Abhyanga (tête et épaules), Mukha Abhyanga (visage), Pada (pieds) et Hastha (mains) Abhyanga.
- 18 au 20 novembre 2022 Abhyanga basé sur la Prakriti (constitution énergétique unique de chacun), Abyanga basé sur les Chakras (circuits/ roues énergétiques du corps humain).
- 16 au 18 décembre 2022 Shirodara : soin spirituel. Recherche de soi, énergétique en lien avec les Vedas.
- 3 au 5 février 2023 Soin des organes des sens - Jnanendriyas : Nasya (soin pour le nez), Akshi Tarpana (soin des yeux), Karna poorana (soin des oreilles), Ramya (soin de la peau et beauté)
- 3 au 5 mars 2023 Svedana : purification par la transpiration (pochons, vapeur, etc.)
- 31 mars au 2 avril 2023 Les points marmas.
- 5 au 7 mai 2023 Udvartana - karshana abhyanga : massage avec poudre sèche (cellulite, etc.)
Nearabhyanga : drainage lymphatique.
Bastikarma : soin du colon, dos, ventre, genou.
- 2 au 4 juin 2023 Talam, lepam, tharpanam : soin et gommage par les plantes. Massage Sukshma : massage subtil utilisant les canaux énergétiques.
- 30 juin au 2 juillet 2023

Ayurveda

Intervenant : Vaidya Rajalakshmi Chellapan

Tarifs : 170€ (interne) - 110€ (externe)

Un certificat sera remis pour les personnes ayant suivi la formation dans son intégralité

Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Originaire de Chennai (anciennement Madras), elle est Ayurvedacharya (maître d'Ayurveda). Après de longues études universitaires (7 ans) au M.G.R Medical University de Chennai, elle a été formée par différents médecins (Vaidya) et praticiens en Ayurvêda en Inde. Consultante dans plusieurs laboratoires ayurvédiques, elle est à l'origine de nombreuses préparations. Rajalakshmi a 15 ans d'expérience en cabinet privé.



APPROFONDISSEMENT DU YOGA VÉDIQUE

Dr. Lise Queguiner et Bhaktaraj

Comment le Yoga Védique peut nous ouvrir aux connaissances de Shakti, de la Prise de conscience, de la Kundalini, de Maya, de l'Ignorance et de la Libération.

La vie de Sri Ramakrishna et ses enseignements seront nos guides.

Swami Atmarupananda nous gratifiera de ses connaissances et expériences en début de chaque demi-journée. Les secondes parties des demi-journées seront consacrées à des mises en pratiques posturales et techniques de yoga. Ces pratiques permettront d'intégrer ces enseignements jusque dans un vécu corporel, sensitif, perceptif, intuitif et spirituel.

Intervenants : Dr. Lise Queguiner et Bhaktaraj

Dates : 24-30/07/2023

Tarifs : 420€ (interne) - 210€ (externe)

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.



ART

YOGA DU CHANT technique vocale et mantra

Florian Westphal

Cette année, tous les week-ends de Yoga du Chant sont ouverts à toutes et tous. Cet enseignement comprend la préparation du corps au son, la technique vocale, l'apprentissage de chants védantiques et dévotionnels, les mantra-japas, les chants méditatifs, l'initiation à la musique indienne avec l'intervention en direct d'Inde de Dattatreya Velankar, et la philosophie védantique.

La participation à ces week-ends ne nécessite aucune connaissance musicale ou vocale préalable, sans aucune nécessité d'avoir suivi le ou les week-ends précédents et sans engagement à assister aux suivants. Chaque week-end est unique.

Ces journées s'insèrent dans les pratiques monastiques du CVR, c'est-à-dire la méditation de 6h, la puja de 10h30 et l'arati de 18h.

Yoga du chant

Intervenant : Florian Westphal - Viveka

Dates : 01-02/10/2022 • 26-27/11/2022 • 18-19/02/2023 • 25-26/03/2023 • 15-16/04/2023 • 13-14/05/2023

Tarif : 120€ (interne)

YOGA DU CHANT initiation à la musique indienne - ragas et tablas

Florian Westphal

Dattatreya nous familiarisera avec le chant de 5 rāgas (« gammes indiennes ») et nous introduira à celui des tālas (système rythmique).

Dans la musique classique indienne, on appelle rāgas les divers cadres mélodiques utilisés comme base théorique. Selon la tradition, il s'agit de combinaisons de notes qui évoquent des émotions, des saisons ou encore des moments de la journée.

De leur côté, les tālas sont un ensemble de cycles rythmiques, comportant différents nombres de temps et d'intensités. Pouvant compter entre 3 et 108 temps, ils marquent le rythme d'une pièce musicale.

Ces journées s'insèrent dans les pratiques monastiques du CVR, c'est-à-dire la méditation de 6h, la puja de 10h30 et l'arati de 18h.

Florian Westphal

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 les scènes lyriques françaises et internationales dans les rôles de basse du répertoire d'Opéra et d'Oratorio. On pourra l'entendre cet été aux estivales de Brou dans la Flûte Enchantée de Mozart (Rôle de Sarastro), et la Symphonie des Mille de Mahler. Parallèlement il anime des séminaires de technique vocale tout public.



Dattatreya Velankar



Yogeesh Bhat



Yoga du chant - Initiation à la musique indienne

Intervenants : Florian Westphal - Viveka • Dattatreya Velankar • Yogeesh Bhat

Dates : 24-30/10/2022

Exclusivement réservé au groupe de niveau 3. Possibilité d'une participation silencieuse

Tarif : 240€ (interne)

CORDES EN JOIE une initiation au violoncelle

Isabelle - Iswari

Le violoncelle est plus qu'un instrument. Il met en cause le musicien dans toutes ses virtualités, explore les aspects de sa personnalité. Le violoncelle doit combiner tout à la fois l'équilibre corporel du danseur, la vigilance et la compétence de l'artisan, la précision du geste du peintre, la mémoire et la présence du comédien. L'approche du violoncelle met en jeu l'Homme dans sa totalité.



Ce séminaire s'adresse à toute personne désirant découvrir les émotions liées à cette pratique et à la joie et la plénitude de jouer ensemble en sextuor.

Isabelle - Iswari

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.



Cordes en joie

Intervenant : Isabelle - Iswari

Dates : 14-16/07/2023

Tarif : 150€ (interne) - 75€ (externe)

NATURE

KARMA YOGA l'habileté dans l'action - Des abeilles et des vaches

Isha

En société de quelques grammes ou de quelques tonnes, les abeilles et les vaches accompagnent nos vies depuis des millénaires, alors pendant quelques jours, retrouvons le lien qui unit les hommes et les animaux.

Au programme, nous participerons directement à la vie du rucher en tâchant :

- d'évaluer son état sanitaire et d'intervenir le cas échéant : en nettoyant les ruches, en remplaçant les cadres trop anciens, en traitant...
- d'évaluer la vitalité de la colonie, la qualité de la reine (couvain), les réserves de miel...
- d'effectuer une récolte de miel en utilisant les techniques anciennes et plus modernes (extracteur, maturateur, grille à reine, ...)
- de prendre en compte les facteurs environnementaux (diversité des essences, climat, proximité de l'homme, ...) et d'intervenir le cas échéant,
- d'ajuster l'habitat qu'est la ruche aux circonstances, le plus souvent en été, il s'agit de préparer des cadres et d'ajouter des hausses
- de protéger les ruches des prédateurs en posant des grilles d'entrée, des pièges à frelon
- de nettoyer, d'entretenir et de ranger le matériel
- d'apprendre à allumer et utiliser l'enfumeur, ouvrir, fermer ou déplacer une ruche, utiliser un lève-cadre et manipuler les cadres, ...

Quant aux vaches, nous pourrions :

- interagir avec elles ; les vaches ne sont pas de grosses peluches, il faut être prudent et ne pas en avoir peur, elles sont un peu peureuses, mais la curiosité l'emporte toujours ; la traite et les soins sont les moments particuliers pour les approcher.
- reconnaître les signes des vaches ; nos belles laitières nous parlent si nous prenons le temps de les observer et de les comprendre, nous pouvons beaucoup apprendre d'elles.
- apprendre de quoi elles se nourrissent pour nous donner tant en retour ; l'alimentation : gourmets ou gloutonnes, l'alimentation est aussi culturelle chez les vaches, que mangent-elles et comment ?
- transformer leur précieux nectar lacté en yaourt pour notre équilibre, en caillé pour nous nourrir ou en crème, beurre et ghee pour cuisiner, nous soigner ou nous éclairer.

Isha

est responsable depuis plus de 10 ans de la petite ferme laitière et pédagogique du Centre védantique où il est possible de participer à la vie de l'exploitation et du centre, d'apprendre les gestes techniques nécessaires mais dans le cadre védantique, c'est-à-dire en suivant les pratiques proposées par le centre, pratiques qui aident à développer la créativité et l'efficacité dans les activités quotidiennes.



Karma Yoga

Intervenant : Isha

Dates : disponibles uniquement sur le site www.centre-vedantique.fr - rubrique Activités



APICULTURE

Yves Baudron

Le cours d'apiculture proposé par le Centre a pour but de transmettre les connaissances de base nécessaires pour créer et gérer un rucher familial. Il aborde le métier de l'apiculteur, la vie d'une colonie d'abeilles, les produits de la ruche, la défense sanitaire et la réglementation.

Mais nous abordons également toutes les grandes problématiques de la profession apicole. Depuis plusieurs années l'apiculture, en France et en Europe, est en très grand péril.

Et la situation, loin de s'améliorer, s'aggrave régulièrement. En zones rurales de grandes cultures, nos abeilles sont en déclin avec des mortalités dépassant parfois 50%. Toutes les pratiques de l'agriculture intensive portent des effets catastrophiques. Appauvrissement de la diversité florale par l'emploi inconsidéré d'herbicides et surmortalité induite par les insecticides neurotoxiques de dernière génération.



Nos abeilles doivent, de plus, faire face à des prédateurs devant lesquels nous sommes actuellement impuissants tel le frelon asiatique qui est en train de coloniser la France entière, ainsi que le petit coléoptère des ruches (parasite des colonies d'abeilles) déjà présent sur l'île de la Réunion et qui est arrivé à mi-hauteur de l'Italie.

Les effets cumulés de toutes ces difficultés font que nous avons perdu l'auto-suffisance que nous connaissions dans les années 70. Nous importons aujourd'hui le triple de notre production nationale qui est devenue très insuffisante.

Dans le même temps, une prise de conscience croissante émerge afin de protéger les pollinisateurs, la diversité biologique et mieux respecter l'interdépendance de tous les acteurs du vivant : le monde végétal, le monde animal et l'homme partie intégrante de la nature. Dans cet esprit, notre cours propose des pratiques respectueuses de l'harmonie des cycles naturels.

Dans cet esprit, notre cours propose des pratiques respectueuses de l'harmonie des cycles naturels.

Intervenant : Yves Baudron

Dates : 14/09/2022 • 23/11/2022 • 11/01/2023 • 08/03/2023 • 31/05/2023

Horaires : journée de 9h à 17h

Tarif : 60€ déjeuner inclus

SÉMINAIRES

PRESCRIPTIONS POUR LE BIEN-ÊTRE SPIRITUEL : Yoga Sutras de Patanjali (chapitre 1)

Pravrajika Brahmaprana

*Prescriptions pour le Bien-être Spirituel
Les Yoga Sutras de Patanjali*



Avec un Commentaire de Swami Vivekananda

Dans ce séminaire, Pravrajika Brahmaprana, sannyasini senior de l'Ordre de Ramakrishna, explorera avec vous le premier chapitre des Yoga Sutras de Patanjali - un manuel pour gérer et transcender le mental.

Ses séances porteront sur la science de l'esprit du système de yoga :

- ce qu'est l'esprit,
- comment il fonctionne,
- comment se forme notre caractère, ses forces et ses faiblesses.

Ce séminaire expliquera et explorera également les étapes ascendantes de l'expérience spirituelle.

Pravrajika Brahmaprana élucidera les techniques de yoga de Patanjali pour atténuer nos habitudes mentales néfastes, renforcer et calmer l'esprit, et approfondir notre vie spirituelle. Tout au long du séminaire, elle donnera des exemples concrets pour illustrer les luttes des aspirants ordinaires et les prescriptions de yoga données par le visionnaire Patanjali ainsi que par les yogis et swamis vénérés de l'Ordre de Ramakrishna.

Pravajika Brahmaprana

est membre, depuis 1973, du Couvent Sarada en Californie du Sud ; elle est moniale, ou sannyasini, de la Société Védantique de Californie du Sud. Brahmaprana a représenté le vedanta dans le dialogue entre hindous et catholiques initié par l'archevêché de Los Angeles de même que dans des assemblées ou des activités interreligieuses à Dallas-Fort Worth. Elle est fréquemment invitée pour des conférences dans des établissements scolaires ou des universités en Amérique, et elle participe à des séminaires d'études interreligieuses en Amérique et au-delà.



Intervenant : Pravrajika Brahmaprana

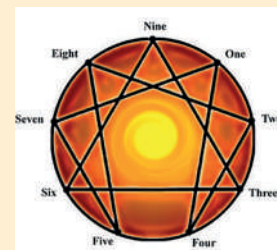
Dates : 26-27/11/2022

Tarifs : 120€ (interne) - 60€ (externe)

L'ENNEAGRAMME ET « L'ESSENCE DE LA VÉRITÉ »

Le vrai soi derrière le masque

Swami Purnananda



Le besoin de se développer et de s'épanouir sur le plan personnel découle d'un besoin de joie et de paix. Nous cherchons des réponses aux questions profondes de la vie et, les réponses restent insaisissables, parce qu'elles se trouvent à l'intérieur. C'est pourquoi la découverte de soi est notre quête la plus importante. L'ennéagramme est un système qui décrit la personnalité humaine comme une combinaison de 9 grands types de caractères interconnectés, modelés par 9 facteurs de motivation trouvant leur base dans l'enfance. Nos réactions aux personnes et aux événements sont régulées par la personnalité que nous cultivons afin de préserver notre image. En comprenant notre type de personnalité, nous pouvons grandir et en comprenant les autres types, nous avons les moyens de comprendre les autres et de faire preuve d'empathie à leur égard. La psychologie Samkhya apporte une dimension philosophique à cette compréhension, et « l'essence de la vérité » donne une dimension pratique et spirituelle essentielle à l'ennéagramme psychologique.

Avec plusieurs décennies d'expérience dans la transmission de ce cours, Swami Purnananda entremêle la psychologie du Samkhya, la psychologie moderne occidentale, et le Védanta. Il nous fournit ainsi la base d'un développement et d'un changement véritables, en nous aidant à trouver la vérité qui se cache derrière le masque de chacun.

Swami Purnananda

Né au Zimbabwe, il est fondateur et directeur spirituel de la Société Éire Vedanta de Dublin en Irlande. Il est disciple de Swami Vireswarananda et, pendant de nombreuses années, en tant que brahmachari, il a suivi des études et une discipline spirituelle sous la direction et la tutelle de Swami Nihisreyasananda,

qui était non seulement un grand moine de l'Ordre de Ramakrishna, mais aussi un grand yogi. Après son ordination en 1981, Swami Purnananda demeura son assistant et son secrétaire. En 2006, le Swami a été invité en Irlande. Très expérimenté dans le Védanta, le yoga, la théologie comparée, la psychologie et la science, il dirige des ateliers sur le développement de la personnalité, la spiritualité, la méditation et le yoga, ainsi que la guidance et le conseil aux autres. Il forme des professeurs de yoga en Irlande.



Intervenant : Swami Purnananda

Dates : 06-09/04/2023

Tarifs : 240€ (interne) - 120€ (externe)

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

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 :

- 47 chambres doubles, certaines sont équipées de sanitaires privés.
- 4 salles polyvalentes
- une salle de méditation/chapelle
- un salon de trente places
- une boutique (librairie, CD, vidéos, encens, objets, etc.)



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.



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 _____

MODALITÉS D'INSCRIPTION AUX FORMATIONS

- En pension complète: chambres à 2 ou 3 lits avec sanitaires à l'étage (3 repas, draps et serviettes fournis)
- En externe : repas du soir en supplément

Le prix de la formation se trouve dans son descriptif. Pour obtenir un reçu, joindre à votre inscription une enveloppe timbrée.

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.

Condition d'annulation spécifique au stage de Chant avec Dattatreya Velankar : la somme forfaitaire conservée sera de 90€.

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

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.

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.

	INTERNE	EXTERNE
WEEK-ENDS DÉCOUVERTE p.29		
• 09-11/09/2022	☐ 120 €	
• 17-18/09/2022	☐ 120 €	
APICULTURE p.51		
• 14/09/2022 (journée de 9h à 17h)	☐ 60€ déjeuner inclus	
• 23/11/2022 (journée de 9h à 17h)	☐ 60€ déjeuner inclus	
• 11/01/2023 (journée de 9h à 17h)	☐ 60€ déjeuner inclus	
• 08/03/2023 (journée de 9h à 17h)	☐ 60€ déjeuner inclus	
• 31/05/2023 (journée de 9h à 17h)	☐ 60€ déjeuner inclus	
APPRENDRE LE SANSKRIT p.35		
• 15-17/09/2022	☐ 180 €	☐ 90€
• 24-26/11/2022	☐ 180 €	☐ 90€
• 12-14/01/2023	☐ 180 €	☐ 90€
• 09-11/03/2023	☐ 180 €	☐ 90€
• 01-03/06/2023	☐ 180 €	☐ 90€
PRIÈRES VÉDIQUES p.38		
• 24-25/09/2022	☐ 120€	☐ 60€
• 10-11/12/2022	☐ 120€	☐ 60€
• 04-05/02/2023	☐ 120€	☐ 60€
• 22-23/04/2023	☐ 120€	☐ 60€
• 27-28/05/2023	☐ 120€	☐ 60€
• 01-02/07/2023	☐ 120€	☐ 60€
AYURVEDA p.44		
• 30/09-02/10/2022	☐ 5x170€ = 850€	☐ 5x110€ = 550€
• 14-16/10/2022		
• 18-20/11/2022		
• 16-18/12/2022		
• 03-05/02/2023	☐ 5x170€ = 850€	☐ 5x110€ = 550€
• 03-05/03/2023		
• 31/03-02/04/2023		
• 05-07/05/2023		
• 02-04/06/2023		
• 30/06-02/07/2023		

	INTERNE	EXTERNE
YOGA DU CHANT p.47		
• 01-02/10/2022	☐ 120€	
• 26-27/11/2022	☐ 120€	
• 18-19/02/2023	☐ 120€	
• 25-26/03/2023	☐ 120€	
• 15-16/04/2023	☐ 120€	
• 13-14/05/2023	☐ 120€	
VEDANTA, LA SCIENCE SACRÉE p.32		
• <i>Moi, le monde et Dieu</i> 22-25/10/2022	☐ 240€	☐ 120€
• <i>La forêt des 4 yogas</i> 20-26/02/2023	☐ 420€	☐ 210€
• <i>Les 3 espaces de méditation</i> 24-30/04/2023	☐ 420€	☐ 210€
YOGA DU CHANT - INITIATION À LA MUSIQUE INDIENNE / PARTICIPATION SILENCIEUSE p.47		
• 24-30/10/2022	☐ 240€	
LE VOYAGE DE LA MORT p.40		
• <i>Découvrir la mort</i> 23-25/11/2022	☐ 120€	☐ 60€
• <i>Chant d'amour, chant de mort - Se préparer à accompagner un proche dans le passage</i> 15-17/03/2023	☐ 120€	☐ 60€
• <i>Accompagner un proche vers son passage et nous vers l'après</i> 21-23/06/2023	☐ 120€	☐ 60€
ASTROLOGIE VÉDIQUE p.44		
• 03-04/12/2022	☐ 120€	☐ 60€
• 15-16/04/2023	☐ 120€	☐ 60€
CORDES EN JOIE p.48		
• 14-16/07/2023	☐ 150€	☐ 75€
APPROFONDISSEMENT DU YOGA VÉDIQUE p.46		
• 24-30/07/2023	☐ 420€	☐ 210€

MÉDITATIONS À PARIS

Avec Swami Atmarupananda

Par étapes successives, nous nous ancrons dans une pleine conscience ouverte à l'ici et maintenant, où seul «Ce qui Est» peut être trouvé.

Les jeudis de 18h30 à 19h30
(voir les dates ci-dessous)

29 septembre • 27 octobre • 24 novembre • 15 décembre 2022
26 janvier • 23 février • 23 mars • 20 avril • 25 mai • 22 juin 2023



Forum 104 - 104 rue Vaugirard, 75006 PARIS

CONTACT

Centre Védantique Ramakrishna - Paris



www.centre-vedantique.fr
contact@centre-vedantique.fr

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