

17 juin 2023



Journée Internationale du Yoga au Centre Védantique Ramakrishna

de 5h à 21h30
ateliers, méditations, concert

Thème : Ananda - la Joie

- pratiquer avec des enseignants de différentes traditions
- visiter la boutique du centre
- rencontrer les intervenants
- repas indien végétarien

**Gratuit,
ouvert à tous**

Repas sur place : 12,5€
(pique-nique non autorisé)

Possibilité d'hébergement sur réservation :
contact@centre-vedantique.fr



64 bd Victor Hugo
77220 Gretz-Armainvilliers
30 min de Paris - ligne E

Programme : www.centre-vedantique.fr



Journée Internationale du Yoga

Sous le Haut Patronage de l'ambassade de l'Inde

	Atelier 1	Atelier 2
Salle		
5h – 5h45	Yogeshvara La Joie matinale dans la pratique	-
6h – 7h15	Chants, méditation et lectures dans la chapelle	
7h15 – 8h	Yogīndra <i>Ānanda</i> , la joie infinie est en nous	-
Petit déjeuner 8h - 8h30		
9h15 – 10h30	Damayanti La joie dans le yoga de l'énergie	Janaki La danse de la joie dans la vibration du corps
11h – 11h45	Méditation guidée avec Swami Atmarupananda	
12h – 13h15	Ananda La Joie pour équilibrer le coeur et le cerveau	Hamsini A la découverte de la Joie
12h30 – 13h45	-	-
Repas 12h - 14h (service continu)		
14h – 15h15	Rencontre autour du Yoga en présence de son Excellence l'Ambassadeur de l'Inde Mr. Jawed Ashraf, M. Le Maire Jean-Paul Garcia Robin, Swami Atmarupananda et les professeurs de yoga	
15h30 – 16h45	Lise et Bhaktaraj De la vibration du souffle dans les asanas à la joie dans le coeur spirituel	Virginie La Joie de vivre
17h – 18h15	Viveka Yoga du chant, yoga de la joie	Kamala Devi Le mandala de la Joie
18h30 – 19h45	Yashoda La Joie	Marie-Pierre La joie au coeur de la pratique
Repas 19h - 20h15 (service continu)		
20h30 – 21h30	Concert Naren & Sarada	

Journée Internationale du Yoga

Sous le Haut Patronage de l'ambassade de l'Inde

	Atelier 3	Atelier 4
Salle		
5h – 5h45	-	-
6h – 7h15	Chants, méditation et lectures dans la chapelle	
7h15 – 8h	-	-
Petit déjeuner 8h - 8h30		
9h15 – 10h30	Mathieu Respiration et pratique purifiante	Sandhya S'ouvrir à la joie qui vient de l'intérieur
11h – 11h45	Méditation guidée avec Swami Atmarupananda	
12h – 13h15	-	-
12h30 – 13h45	Siva La symphonie de la joie	-
Repas 12h - 14h (service continu)		
14h – 15h15	Rencontre autour du Yoga en présence de son Excellence l'Ambassadeur de l'Inde Mr. Jawed Ashraf , M. Le Maire Jean-Paul Garcia Robin, Swami Atmarupananda et les professeurs de yoga	
15h30 – 16h45	Amritatma Cultiver la Joie c'est choisir la lumière	Françoise Réveiller et cultiver la joie qui est en nous
17h – 18h15	Chris L'envol de la joie	Aditi Le yoga, un hymne à la joie
18h30 – 19h45	Prema Se laisser être en joie	Dominique Soleil au coeur, «tout» est permis
Repas 19h - 20h15 (service continu)		
20h30 – 21h30	Concert Naren & Sarada	

Sommaire



Les intervenants

Swami Atmarupananda	P6
Ananda Yogacharia	P7
Jacques Bancelin - Yogindra	P8
Philippe Baronnie - Yogeshvara	P9
Mathieu Bayol	P10
Lynne Burney - Yashoda	P11
Laure Caccavelli - Hamsini	P12
Catherine Chesnay - Kamala Devi	P13
Danièle Decarnoncle - Damayanti	P14
Emmanuelle De Jardin - Amritatma	P15
Géraldine Farion - Janaki	P16
Anne Favraud - Aditi	P17
Françoise Herbin	P18
Marie-Pierre De Joux	P19
Christine Laurion	P20
Florence Picolet - Sandhya	P21
Dominique Poullot	P22
Prema	P23
Dr Lise Queginer et Bhaktaraj	P24
Siva Nithi	P25
Florian Westphal - Viveka	P26
Virginie Zajac	P27
 Naren & Sarada	 P28
 Pour nous rejoindre	 P29



Bienvenue

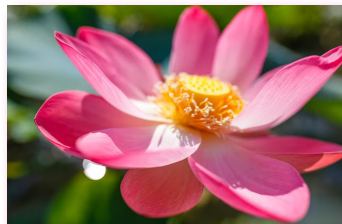
La Joie !

C'est ce que nous recherchons tous !
Et pourtant, elle semble insaisissable.
C'est en grande partie parce que nous la
recherchons comme s'il s'agissait d'une chose
que l'on peut obtenir.

La joie ne s'obtient pas ; elle se ressent lorsque
les conditions de l'esprit sont réunies. Et le yoga
est la science qui permet de créer ces conditions,
indépendamment des objets.

Alors, venez faire l'expérience de la joie en nous
rejoignant pour cette journée de yoga.

Swami Atmarupananda





Swami Atmarupananda

Président du Centre Védantique Ramakrishna



Guidera la méditation du matin

Né en Amérique, Swami Atmarupananda découvre la tradition du Vedanta lors d'un échange d'étudiants en Suède et développe ce qui est devenu une fascination et un dévouement de toute une vie. En 1969, il rejoint la branche de Chicago de l'Ordre Râmakrishna de l'Inde en tant que moine. Il est initié par le dixième président de l'Ordre Râmakrishna, Swami Vireswarananda et il passe ensuite de nombreuses années en Inde à suivre une formation monastique, scientifique et spirituelle.

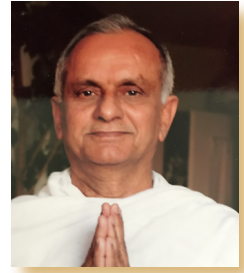
Il s'engage dans diverses œuvres pionnières, notamment la fondation du Centre de San Diego, la Retraite Vivekânanda dans le nord de l'État de New York et le Centre Vedanta Work à Porto Rico. Pendant de nombreuses années, il voyage dans divers pays du monde pour donner des conférences, pour animer des 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 est affecté au siège de l'Ordre près de Calcutta, en Inde. De là, il est nommé ministre résident de la Vedanta Society du Grand Houston, aux États-Unis.

En avril 2022, il est nommé au Centre Védantique Ramakrishna de Gretz en tant que président et directeur spirituel.



Ananda Yogacharya



L'atelier

LA JOIE POUR ÉQUILIBRER LE CŒUR ET LE CERVEAU

Le cours proposé a pour but d'harmoniser et de rééquilibrer les énergies internes masculine et féminine, symbolisées par le soleil (Ha) et par la lune (Tha), par la réalisation de diverses āsanās (postures de yoga). Cette pratique vous permettra de ressentir souplesse et légèreté à la fois physique et psychique, le tout dans une ambiance chaleureuse et joyeuse.

Les cours sont enseignés dans le respect de la culture indienne. Tous les cours sont adaptés à tous les niveaux des élèves.

À propos d'Ananda

Formé dans la pure tradition de l'Inde du Sud, il est dévot du centre védantique Ramakrishna de GRETZ et disciple de Swami Veetamohananda. Son enseignement est doux et inspiré aussi bien dans le Hatha yoga que le prāṇāyāma, le yoga nidra et le yoga pour le cerveau.



Jacques Bancelin Yogîndra



L'atelier

ĀNANDA, LA JOIE INFINIE, EST EN NOUS

Le yoga védique invite à faire l'expérience de la sagesse des *R̥ṣi*, les scientifiques spirituels de l'Inde ancienne, dans chaque *āsana*, chaque *prāṇāyāma*, dans la méditation et le chant des mantras. En associant mantras et pratique sur le tapis, cette séance laisse s'exprimer en nous les qualités de l'infini *sac-cid-ānanda* et en particulier, *ānanda*, la joie infinie, pour approcher une compréhension profonde de la Réalité du monde et de nous-mêmes et peut-être découvrir ce que nous sommes vraiment.

À propos de Yogîndra

Enseignant de yoga depuis 15 ans et formateur en yoga. Après une formation d'ingénieur, il a exercé des responsabilités managériales en entreprise. Ayant découvert le yoga à l'âge de 30 ans, il a approfondi pendant de nombreuses années sa recherche dans la voie du vedānta en puisant à diverses sources. C'est finalement au Centre Védantique Rāmākrishna de Gretz qu'il a suivi assidûment l'enseignement de son maître, Swami Veetamohananda. Son intérêt pour le yoga et le *vedānta* l'a amené à étudier le sanskrit, les textes sacrés, les rites védiques et le chant des mantras usuels. C'est avec passion qu'il s'attache maintenant à transmettre ce qu'il a reçu en animant des pratiques de yoga védique, des séminaires, des conférences...

Pour le retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

En séminaire et dans les cours de yoga du CVR.



Philippe Baronnie Yogeshvara



L'atelier

LA JOIE MATINALE DANS SA PRATIQUE

« Je vous propose un cours de Yoga matinal sur ce thème de la Joie en veillant à ce que chaque posture soit abordée tranquillement tout en douceur mais joyeusement...comme une découverte ou plutôt une redécouverte de toute notre Joie intérieure afin d'aider à la faire rayonner au mieux ! »

À propos de Yogeshvara

Jeune retraité, il a exercé avec passion le métier d'Infirmier de secteur Psychiatrique. Dans son cadre professionnel il a suivi en complément des études d'Éducateur Sportif. Spécialisé en Santé Mentale, étant responsable à plein temps d'un service de sport pour les patient-e-s les 25 dernières années de sa carrière.

Attiré par les pratiques de Yoga depuis son adolescence il a suivi une formation de professorat de yoga auprès de Sri Mahesh au sein de la Fédération Française de Hatha Yoga (FFHY) dès 1990 et en devenu un des formateurs.

Il a parallèlement suivi l'enseignement du Védanta auprès de Swami Veetamohananda à l'ashram de Gretz.

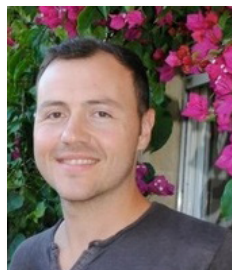
Il a fait parti des premiers professeurs de Yoga à donner régulièrement des cours de yoga à l'ashram.

Pour le retrouver

Dans les cours de yoga du CVR.



Mathieu Bayol



L'atelier

RESPIRATION ET PRATIQUE PURIFIANTE



Durant cet atelier, nous aborderons diverses techniques de conscience du souffle et posturale pour intensifier la joie et l'harmonie.

À propos de Mathieu

Mathieu a été l'un des premiers intervenants sur Radio Gandharva Gana en tant que professeur de yoga dans les émissions l'Instant Yoga, Atma Yoga, Yogi Bhava et Yoga 5 sur 5. Aujourd'hui, il enseigne différents styles de méthode tout en développant la sienne, le Kriya Yoga Coaxial un ensemble de techniques mise au point après 20 ans de pratique afin de soigner son propre corps.

Pour le retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

<https://www.yogarandopyrenees.com/>



Lynne Burney Yashoda



L'atelier

LA JOIE

Comment connectons-nous à notre espace de joie à l'intérieur ?
Comment nous le quittons ?
Qu'est qui provoque notre départ de cet espace ?
Comment retrouvons-nous notre chemin de retour ?
Et nos absences, sont-elles de longue durée ?
D'où vient notre « yearning for home » ?
Reconnaissons-nous notre « home » - foyer spirituel - une fois que nous y arrivons ?
Cet atelier a pour but d'explorer votre relation avec la JOIE.
Les exercices proposés vous invitent à trouver vos réponses à ces questions.

À propos de Yashoda

Professeur de yoga diplômé depuis 1993 par la Fédération Française de Hatha Yoga. Membre fondateur de la SF Coach et présidente de son Comité d'Agrément et de Déontologie pendant 4 ans. Fondatrice de LKB School of Coaching en 2000. Master Coach depuis 2002 avec l'International Coach Federation. Enseignant des techniques de Clean Coaching depuis 2008. Constellateur des Systèmes Familiaux et Professionnels depuis 2010.

Ses sources d'inspiration et de savoir : Shri Mahesh & Lucienne Lecoin-Barrelier (Yoga Traditionnel), Françoise Cavé & Dominique Laugéro (PNL), Annie Linden & Steve Goldstone (Hypnose Eriksonienne)...

Et la source de ma propre évolution spirituelle et donc professionnelle, est Swami Veetamohananda (Swamiji), Président et Guide Spirituel au Centre Védantique de Gretz jusqu'au 2019..

Pour la retrouver

Dans les cours de yoga du CVR.
www.lkb-coaching.com - lkb@wanadoo.fr



Laure Caccavelli *Hamsini*



L'atelier

À LA DÉCOUVERTE DE LA JOIE

Pendant cette pratique nous allons nous relier à la joie, joie intérieure que nous laisserons s'exprimer dans différentes postures pour la vivre pleinement.



À propos d'Hamsini

Pratiquant le yoga depuis 10 ans, j'ai découvert la puissance de sa pratique, qui m'a permis de traverser les épreuves de la vie. Souhaitant aller au-delà des postures, depuis 4 ans je poursuis ma recherche sur le yoga au sein de l'Institut de Recherche en Yoga Védique au centre védantique Ramakrishna de Gretz. Cette recherche a encore plus intégré le yoga védique dans ma vie quotidienne et j'ai découvert le plaisir de transmettre ce yoga.

Pour la retrouver

Dans les cours de yoga du CVR.



Catherine Chesnay *Kamala Devi*



L'atelier

LE MANDALA DE LA JOIE

Voyage au centre du cœur, du Soi et de toute félicité

La séance propose de dessiner avec le travail du souffle, du son, du corps et de l'âme le cercle magique et protecteur du mandala. Puis nous évoluerons progressivement et collectivement vers l'axe, le point central, symbole du dépouillement, du déconditionnement, du Soi pour ainsi retrouver l'unité de l'énergie de vie en soi comme dans l'Univers.

Par la danse, la giration et la complicité nous franchirons les limites de la conscience de notre Soi et nous immergerons dans le grand Soi de l'univers. La lîla, le jeu entre microcosme / macrocosme nous rapprochera du centre, symbolisant la voie du yogi, l'expérience de l'Un Infini, axe de toute félicité, dans un ballet lumineux, transcendant, voire extatique, libérant l'énergie de transformation

À propos de Kamala Devi

Formée comme professeur par André Van Lysebeth à Bruxelles, j'ai eu la chance d'avoir pratiqué avec Renata Fahri, Colette Passot de l'école Eva Ruchpaul, Marie-Rose Bardy. L'enseignements des successeurs de grands maîtres indiens comme Sivananda et Satyananda à Paris et à l'ashram de Munger m'a ouverte à une compréhension plus large du yoga, tout comme les cours méditatifs de Michel Doff ou l'approche de l'ascèse du froid avec Maurice Daubard. Ma participation au conseil d'administration de la Fidhy a été enrichissante. Enfin l'enseignement subtil de Swami Veetamohananda, au-delà du Vedanta, m'a donné une grande liberté dans la transmission du yoga près de Rouen qu'il soit en cours collectif ou sur chaise en Epad ou en ateliers de mandala.



Danièle Decarnoncle *Damayanti*



L'atelier

LA JOIE DANS LE YOGA DE L'ÉNERGIE

Le yoga de l'énergie est un yoga qui s'appuie sur l'attention portée à la présence du souffle, du prana tout le long de la séance. A l'aide du regard intérieur tous les mouvements du souffle sont suivis en les synchronisant avec chaque geste, chaque mouvement et dans l'immobilité.

Ce Yoga se pratique dans la lenteur pour percevoir tout ce qui se passe au niveau du corps et des sensations que provoquent les postures et les pranayamas jusque dans le mental.

C'est une approche non violente dans le respect du corps.

À propos de Damayanti

Elle a suivi une formation de 6 années, dont 1 an auprès de FFHY à Paris, 1 an de stages et 4 années de formation de professeur avec Giorgio Cammarata à l'Ecole de yoga de l'énergie Unité & Harmonie (certification FIDHY) et 2 stages de yoga nidra niveau 1 et 2 au centre Védantique. Elle enseigne depuis 2014 en Seine et Marne dans 4 communes différentes.

Pour la retrouver

<https://www.dama-yoga77.com>



Emmanuelle Dejardin

Amritatma



L'atelier

CULTIVER LA JOIE, C'EST CHOISIR LA LUMIÈRE !

La joie est le pur élan de la Lumière, c'est notre nature profonde, lumineuse, sattvique. Elle est toujours là, disponible et ne demande qu'à éclore. Elle se dévoile par la pratique du yoga.

Dans cet atelier, essayons de ressentir ensemble la joie comme point d'appui essentiel dans la pratique. La joie, c'est s'engager au présent à cultiver une attitude mentale : décider de nous accepter et de nous aimer tel que nous sommes, avec notre âge, nos limitations physiques... En conscience, sur nos tapis, ouvrons des espaces heureux dans nos corps et dans nos esprits, moment après moment. Savourons ce qui est.

À propos d'Amritatma

Professeure de Hatha Yoga, diplômée de la Fédération Française de Hatha Yoga. FFHY.

Journaliste-réalisatrice à la télévision pendant de nombreuses années, un accident de parcours m'amène à réorienter ma vie en yoga en 2013.

Faire découvrir et partager le hatha yoga traditionnel de Shri Mahesh et ses bienfaits dans la vie de tous les jours est mon moteur. Je poursuis ma recherche en suivant des formations complémentaires qui nourrissent mon enseignement, notamment avec Alyette Degrâces et Colette Poggi.

Swami Veetamohananda, Swami Atmarupananda, par la grâce de leur présence et de leur transmission du Vedanta éclairent le chemin.

Pour la retrouver

Dans les cours de yoga du CVR.





Géraldine Farion

Janaki



L'atelier

LA DANSE DE LA JOIE DANS LA VIBRATION DU CORPS

Le corps est ce réceptacle nous permettant de recevoir la vibration de l'Infini, de le sentir, d'aller vers sa réalisation.

Le corps est vibration, le corps est mouvement, le mouvement est la vie. Dans cette pratique nous contacterons la Joie par le mouvement et la musique. Nous vivrons la Joie avec le Gayatri Mantra qui nous reliera à la Pure Lumière, nous danserons son énergie. Nous nous laisserons flotter, afin de goûter à ce nectar de Joie qui coule en chacun.e de nous.

À propos de Janaki

Ostéopathe, kinésologue transmet le yoga depuis plus de 15 ans. Accompagner chacun.e afin qu'il puisse révéler son potentiel et trouver son autonomie, donne l'unité à sa pratique.

« Le mouvement c'est la vie » est l'une des définitions de l'ostéopathie, le Vedanta dit la même chose, l'union lui permet d'ouvrir sa créativité.

Pour la retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

Dans les séminaires et les cours de yoga du CVR.

À Paris, dans ses cours de yoga védique les lundis, mardis et mercredis.





Anne Favraud *Aditi*



L'atelier

LE YOGA UN « HYMNE À LA JOIE »

« Le hatha yoga comme une prière gestuée », cette parole de Sri Mahesh me sert de fil conducteur.

Par un enchaînement de postures simples, asana, accordant son souffle, pranayama, et avec une attention soutenue, dharana, ceci conduit à l'alignement corps-âme-esprit propice à l'état méditatif, dhyana : l'esprit se vide de toute pensée, la perception tout à coup s'élargit et s'éclaire.

La pratique est un acte pour soi, pour le Soi. C'est un acte d'amour, un temps de pause où l'on se pose, un temps d'écoute, où l'on se trouve, se retrouve. C'est dans ce temps suspendu que se révèle la source de toute chose, sat-chit-ananda, et que peut s'exprimer en toute liberté notre créativité et notre joie de vivre.

À propos d'Aditi

Kinésithérapeute, pratiquant le yoga depuis 1978, diplômée FFHY (Sri Mahesh) enseignante depuis 1986, elle fréquente le CVR conjointement et devient disciple de Swami Veetamohananda. Elle transmet notamment auprès de personnes handicapées et femmes enceintes. Elle était formatrice à l'école de Guadeloupe jusqu'en 2016.

Pour la retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

Dans les cours de yoga du CVR.



Françoise Herbin



L'atelier

RÉVEILLER ET CULTIVER

la Joie qui est en nous

Qu'est que la joie ? En cette Journée Internationale du Yoga, intéressons-nous à cette question d'un point de vue de chercheurs en yoga. Quelle est la source de la Joie ? Écoutons ce que dit Krishna dans la Bhagavad Gita : « Pour celui qui puise sa joie dans le Soi, trouve son contentement dans le Soi est comblé par le Soi, rien n'est à accomplir. » C'est pourquoi, dans notre expérience de Yoga d'aujourd'hui nous allons chercher à engager notre être tout entier, pour découvrir à travers des asana, pranayama, et méditation, des sensations nouvelles du corps, du souffle, de l'esprit, et goûter à cet « invincible tranquillité du cœur » le Soi ou la lumière de la Conscience. Découvrir en nous des espaces de paix et de joie, une joie qui naît du calme et du silence, qui ne dépend de rien ni de personne, goûter à ce cadeau qui nous est fait, que nous nous offrons, et l'offrir aussi à toute l'humanité.

À propos de Françoise

« Namasté, je m'appelle Françoise. En 1993 j'ai découvert le yoga, je dirais plutôt que le Yoga, le yoga postural, est venu à moi dans une vie professionnelle, et personnelle mouvementée. Alors, je me suis lancée dans cette grande aventure qu'est le Yoga, et après une formation, de Yoga intégral auprès d'Ajit Sarkar, disciple de Sri Aurobindo, en 2006 j'ai commencé à transmettre son enseignement agrémenté de mes propres expériences, et découvertes que je ne cesse de nourrir. Mon but lors d'une séance est d'amener chacune et chacun à vivre une expérience du corps, du souffle et de l'esprit. dans une écoute intérieure ouverte, pour que tout naturellement dans le silence de l'instant éclosent l'harmonie intérieure, une sensation profonde d'être à la bonne place et de se réjouir d'être là. »

Pour la retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

Dans les cours de yoga du CVR.



Marie-Pierre de Joux



L'atelier

LA JOIE AU CŒUR DE LA PRATIQUE

Formée au Yoga Intégral par Ajit et Selvi Sarkar, j'ai la joie de continuer à transmettre ce qu'ils ont reçu de leur éducation à l'ashram de Sri Aurobindo. La Mère donnait comme consigne aux enseignants de l'Ecole « faites que les enfants soient heureux ». Et Ajit nous disait « Un enseignant doit être disponible pour ses élèves, plein d'enthousiasme et de joie ».

Notre plan de séance a pour objectif de faire travailler chaque partie du corps, selon les possibilités de chacun. La pratique des postures est suivie d'un moment de repos pour en intégrer les effets. Pour terminer, un moment de détente dans l'immobilité et le silence permet de laisser advenir Ananda, le contentement.

À propos de Marie-Pierre de Joux

J'anime depuis une douzaine d'années des séances de yogasanas dans le 6ème et le 14ème arrondissement de Paris. Je propose aussi des stages d'approfondissement à thèmes pour ceux et celles qui souhaitent aborder la culture indienne, en région bordelaise ou à Pondichery.

Pour la retrouver

Dans les cours de yoga du CVR.
www.artetyoga.org



Chris Laurion



L'atelier

LA JOIE DANS L'ENVOL



Une progression dans le mouvement, comme une danse, la séance s'articule dans la conscience du cœur et de la lumière, du souffle et de sa fusion intérieure, du corps et de ses sensations. Asana, pranayama et méditation avec quelques notes exquises de mantra chantées dans l'espace des sens pour vous mettre d'emblée dans un état de perception.

« Chaque mouvement provoque une sensation. Le corps a son propre langage, il s'agit d'être à son écoute, d'apprendre son mode de communication, tel une nouvelle langue. J'apprends, je structure, l'humilité prend sens et je me déploie dans un travail dans le temps que je respecte. Le calme m'apaise, mon nouvel ami, mon corps m'offre des sensations jusqu'alors inconnues et mon esprit s'ouvre. L'union du corps, de l'esprit et de l'Univers prend sens par mes sens. »!

À propos de Chris

Elle se passionne pour le Yoga depuis plus d'une vingtaine d'années. Après une carrière internationale dans la communication et la pédagogie, cette franco-canadienne suit plusieurs enseignements dont Gérard Arnaud à la Fédération Française de Yoga, YogaWorks aux États Unis, l'Institut des Arts de la Voix avec Patrick Torre et enfin, Mindful Academy MBSR (méthode de réduction du stress par la pleine conscience développée par Jon Kabat-Zinn). Son approche singulière du yoga l'amène à enseigner à l'hôpital Necker auprès du personnel soignant et des enfants malades ainsi qu'aux adultes en HDJ hématologie. Elle a longtemps travaillé pour le Centre ADEP Mas de Garches avec des personnes lourdement handicapées. Chris s'adapte à tous les publics, à tous les corps ; elle a travaillé pour de nombreux studios de yoga dans Paris.

Pour la retrouver

www.chris-laurion-yoga.com





Florence Picolet *Sandhya*



L'atelier

S'OUVIR À LA JOIE QUI JAILLIT DE L'INTÉRIEUR

« Je vous propose de vivre ensemble un Atelier vous permettant de vous accorder le temps de marquer une pause, dans une vie où bien souvent tout s'enchaîne à un rythme trop rapide, ne nous permettant pas suffisamment d'intégrer tous les ressentis du quotidien. Nous pratiquerons alternativement en posture allongée, assise et debout, reliant postures, pranayama, mudras et temps d'intériorité, avec en fil directeur le souffle. Nous essaierons de sentir comment les pratiques peuvent nous aider à transformer certaines émotions, telles la tristesse et autres ressentis, acceptant davantage le courant de la vie en réceptivité de la joie sans cause, qui peut jaillir de notre être profond au-delà des événements extérieurs. Nous essaierons ensemble de ressentir cette ouverture à la vraie Joie... »

À propos de Sandhya

Le Yoga est entré dans ma vie à l'âge de seize ans et m'accompagne depuis au quotidien. Ayant reçu une formation dans la lignée de Swami Shivananda et de Swami Satyananda, j'ai reçu également des enrichissements intérieurs grâce à l'étude du Védanta, aussi bien lors de plusieurs voyages en Inde qu'au Centre Védantique de gretz, que j'ai connu à une vingtaine d'année et que je continue de fréquenter avec bonheur. Les gestes symboliques, nommés Mudras, m'ont toujours beaucoup sensibilisée et, suite à des Ateliers avec Locana Sansregret, ces petits « gestes-trésors » se trouvent inclus encore plus fréquemment lors des séances de Yoga...

Pour la retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

Dans les cours de yoga du CVR.



Dominique Poullot



L'atelier

SOLEIL AU CŒUR, «TOUT» EST PERMIS

Du contentement à la Joie !

Om ... ancrage, verticalisation, reliance au souffle.

Préparation du corps. Reliance à l'infini. Asanas avec bhavana «sur le chemin du contentement».

Pour aller plus loin... relaxation ouverture à l'infini, méditation, au delà du bien être, la JOIE sur le chemin du SOL.

OM shanti

À propos de Dominique

1992-1996 Formation professeur de Yoga : Soleil d'or (Sri Aurobindo) et Institut Français du Yoga (IFY Desikachar) .

1997 - 1999 : Yoga et Santé selon l'Ayurveda prolongé par plusieurs séjours en Inde à Pondichery auprès des fondateurs de l'école Vellai Thamarai, Selvi et Ajit SARKAR.

Dès 1996, j'ai appris le chant védique auprès de Laurence Maman.

Depuis 2015, je me suis rapprochée du Centre Vedantique et je suis régulièrement les we de chants animés par Viveka (Florian Westphal).

Des séminaires, stages ou ateliers sont animés par des enseignants remarquables autour du Directeur Spirituel Swami Atmapurananda, rencontres qui me guident sur le chemin de la JOIE.

Pour la retrouver

Dans les cours de yoga du CVR.



Prema



L'atelier

SE LAISSER « ÊTRE EN JOIE »

Dans la vibration du bol de cristal, éveiller les sensations intérieures. Dans la vibration de la posture, sentir la vie en soi. Dans la vibration de l'instant, accueillir l'harmonie d'énergie pure. Dans l'unité du corps et de l'esprit, se laisser « être en joie ».

À propos de Prema

Professeure de Lettres Modernes, professeure de Yoga depuis plus de 20 ans, engagée dans la tradition du Védanta, disciple de Swami Veetamohananda, animatrice et chroniqueuse sur RGG.

Pour la retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

Dans les séminaires et les cours de yoga du CVR.



Dr Lise Quéguiner et Bhaktaraj



L'atelier

DE LA VIBRATION DU SOUFFLE DANS LES ASANA À LA JOIE DANS LE CŒUR SPI- RITUEL

Comment les cinq aspects du sujet conscience de soi révèle dans l'immédiateté et la spontanéité la joie au cœur des pratiques du yoga ?

Par la vibration unitive du souffle qui apparaît comme la jonction du corps au mental et du mental au corps, la prise de conscience de l'unité vibrante du souffle est source de joie.

À propos de Bhaktaraj

Il découvre le yoga en 1958. Disciple de Swami Ritajananda depuis 1969. Professeur de la FFHY depuis 1972. Il est directeur de l'école de formation FFHY Normandie depuis 1998.

Conférencier au CVR en collaboration avec Swami Veetamohananda, il propose des séminaires lors de la dernière semaine de Juillet sur l'Approfondissement de l'enseignement du yoga védique en association avec Docteur Lise Quéguiner depuis 2005.

À propos de Dr Lise Quéguiner

Médecin généraliste homéopathe, elle pratique le yoga depuis 1980 (professeurs formateurs : Serge Lelandais, Sri Mahesh, Annick Quéguiner). Professeur de la FFHY depuis 1993. Elle présente des conférences tant à la FFHY qu'au CVR. Spécialiste en anatomie physiologie liée aux pratiques du yoga. Approfondissement spirituel avec Serge Lelandais (Bhaktaraj) spécialiste des philosophies indiennes et plus spécifiquement du Shivaïsme Tantra du Cachemire.

Pour les retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

Dans les séminaires et les cours de yoga du CVR.



Siva Nithi



L'atelier

LA SYMPHONIE DE LA JOIE

Voyage au cœur de la beauté de la nature divine

Vous êtes au cœur de la montagne au pied d'un magnifique lac d'une couleur verte émeraude. Visualisez ce sublime paysage avec l'émerveillement d'un enfant qui le découvre pour la première fois. Le soleil brille de mille feux. Sentez la douce chaleur illuminer votre visage et dessiner un sourire. Eveillez tous vos sens. Vibrez et dansez avec les arbres, les fleurs. Admirez le ciel qui s'étend à l'infini et qui vous montre une multitude de chemins à suivre. Écoutez les oiseaux chanter librement et imitez-les. Savourez le vent caresser l'être magnifique que vous êtes. Contemplez cette pure beauté. Ivre de joie, vous êtes en totale harmonie avec cette divine nature...

À propos de Siva

Passionnée par la transmission du savoir et du partage, adepte du bien-être au naturel et pratiquante du yoga depuis plus de 20 ans. Issue d'une formation de 4 ans du yoga védique à l'Université de l'Homme, je transmets le yoga védique depuis deux ans. Je vous accueille avec douceur et bienveillance et un grand sourire dans le cœur.

Quelques Sagesses du cœur pour la vie quotidienne de Swami Veetamohanda m'accompagnent sur mon cheminement.

Pour la retrouver

Dans les cours de yoga du CVR.



Florian Westphal Viveka



L'atelier

YOGA DU CHANT, YOGA DE LA JOIE

La séance proposera une préparation du corps au son, la sensibilisation aux vibrations du corps, la découverte des trois zones intuitives de résonance, de la réflexologie en lien avec notre thématique, de la technique vocale et du chant de mantras.

À propos de Viveka

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.

Après plus de 20 années passées à chanter l'opéra en France et à l'étranger, il est aujourd'hui chef de chœur et se consacre à l'enseignement du chant.

Il a été initié au Védanta par Swami Veetamohananda, dont il a suivi l'enseignement de 2003 jusqu'à sa disparition en 2019.

Pour le retrouver

Dans les séminaires du CVR.

Dans les cours particuliers de chants qu'il donne au CVR les lundis, mercredis et samedis.



Virginie Zajac



L'atelier

LA JOIE DE VIVRE

La Joie est l'un des piliers de la vie. Il nous appartient de la faire résonner mais aussi d'apprendre à la créer en nous, indépendamment des situations extérieures.

La séance propose une plongée dans une pratique joyeuse en postures (asanas), respiration (pranayama) et gestes des doigts (mudra) spécifiques, pour développer et faire vibrer la joie en nous.

À propos de Virginie

Depuis 2016, présidente bénévole de la Fédération Inter-enseignements de Hatha Yoga (FIDHY) fondée en 1980, qui regroupe une dizaine d'écoles indépendantes et importantes.

Elle pratique le yoga il y a 20 ans et l'enseigne depuis plus de 10 ans après un parcours en entreprise en tant que responsable marketing et communication. Après avoir pratiqué pendant 6 ans auprès d'une enseignante formée par André Van Lysebeth, elle décide de s'inscrire à l'école de formation du même nom (EYVL). Virginie privilégie une formation en 4 ans, reconnue par la FIDHY et par l'UEY. Depuis son cancer en 2020 et la Covid, elle se forme à la pratique des mudras avec Locana Sansregret.

Pour la retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

Dans les séminaires et les cours de yoga du CVR.

Dans les cours d'Espace Yoga, à Chelles : www.espaceyoga77.fr

Dans les cours de Yoga Vaires, à Vaires-Sur-Marne : www.yoga-vaires.com

Sur Youtube, Facebook et sur Instagram.



Concert à 20h30 !

Naren et Sarada est un duo européen.

Sarada est une chanteuse néerlandaise et Naren est un auteur/compositeur, chanteur et guitariste. Très jeunes, ils réalisent que la musique est plus qu'une simple passion, c'est plutôt un art de vie. Le duo se forme en 2005 après un concert hommage à George Harrison. regspiritualité et de la quête existentielle.

La musique de Naren & Sarada est imprégnée d'un profond amour pour le mysticisme oriental.

Au-delà de leur intention de répandre l'amour et la joie à travers la musique, tous les deux vivent dans un ashram près de Paris où ils donnent du service, étudient la philosophie védanta, pratiquent le yoga et la méditation. Tout cela influence leur vie et leur musique.

Pour les retrouver

Sur RGG - Radio Gandharva Gana.

En concert au CVR et en France.

Sur Youtube, Facebook, Deezer, Spotify, Itunes.

www.narenandsarada.com



Pour nous rejoindre

**Le CENTRE VEDANTIQUE est situé à
30km de Paris (Est).**

Il est facilement accessible en :

- **RER E** (gare Haussman St-Lazare, gare du Nord)
- **TGV** (gare Marne-la-Vallée)
- **VOITURE** (autoroute A4)



Venir en RER : par la ligne E depuis Paris, au départ de la Gare Haussmann-St 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, dirigez-vous pendant 50 mètres vers la droite à travers le parking jusqu'au Bd Romain Rolland. Le Centre se trouve à 10 mn à pied de la gare.

Venir en voiture : au départ de Paris, prendre l'autoroute A4 (direction Metz-Nancy) sur une vingtaine de km jusqu'à la sortie Gretz/Tournan (D471). Continuer sur cette route pendant une dizaine de km. Puis prenez la direction « Gretz centre » au 2ème feu (ignorez la direction au 1er feu). Le Centre est situé sur la gauche après l'entrée de la ville, au 64 bd Victor Hugo. Entrée et parking au 1 bd Romain Rolland.