



### Swami Atmarupananda

Né en Amérique, Swami Atmarupananda découvre la tradition du Vedānta 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 Rāmakrishna de l'Inde en tant que moine. Il est initié par le dixième président de l'Ordre Rāmakrishna, Swami Vireswarananda et il passe ensuite de nombreuses années en Inde à suivre une formation monastique, scientifique et spirituelle. En avril 2022, il est nommé au Centre Védantique Ramakrishna de Gretz en tant que président et directeur spirituel.



### Jacques Bancelin-Yogīndra

Enseignant de yoga depuis quinze ans et formateur en yoga, pendant de nombreuses années il a approfondi sa recherche dans la voie du vedānta en puisant à diverses sources. Au CVR, il a reçu l'enseignement de Swami Veetamohananda auprès duquel il s'est engagé. Il étudie le sanskrit, il pratique les rites védiques et le chant des mantras usuels et s'attache à transmettre de qu'il a reçu.

*« 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*

**Cycles de formation de  
L'Université de l'Homme**

### Quel tarif ?

Pension complète			Externe		
Soutien	Base	Jeune (18-25)	Soutien	Base	Jeune (18-25)
160€	140€	100€	80€	70€	50€

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

en externe : déjeuner compris ; repas du soir en supplément (12,50€)

**Accueil** la veille au soir à partir de 17h

**Fin** le dimanche à 17h.

**Reçu** : pour obtenir un reçu, joindre une enveloppe timbrée à votre adresse.

### Annulation :

- en cas d'annulation de la formation de notre part : l'intégralité de la somme versée vous sera remboursée.
- en cas d'annulation écrite de votre part (annulation impossible par téléphone) :
  - plus de 2 semaines avant le début de la formation, une somme forfaitaire de 20€ pour frais administratifs sera conservée, le reste vous sera retourné
  - moins de 2 semaines avant le début de la formation, l'acompte sera conservé par le CVR
- Toute formation démarrée puis interrompue du fait du participant ne donne droit à aucun remboursement.
- Tous les dossiers d'annulation sont régularisés dans le mois qui suit votre annulation.

**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) ou 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.

# La Bhagavad Gītā et les Upaniṣad aujourd'hui -3



**Formation**

**ESPRIT**

**8 et 9 juin 2024**

Jacques Bancelin-Yogīndra

**3- La voie de la connaissance du Soi**

**CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA**

64, bd Victor Hugo, 77220 Gretz-Armainvilliers  
Tél. 01 64 07 03 11 - contact@centre-vedantique.fr  
www.centre-vedantique.fr



# La Bhagavad Gītā et les Upaniṣad aujourd'hui

## Des guides éternels et actuels pour le développement spirituel

Les textes sacrés de l'Inde qui constituent le *vedānta* sont des terrains d'expérience inépuisables pour vivre une vie juste et heureuse dans notre monde contemporain. Au cours de ces trois séminaires, Yogindra partagera avec les participants un ensemble de réflexions basées sur plusieurs chapitres clés de la *Bhagavad Gītā*, des extraits de quelques *upaniṣad* et d'autres textes, afin que chacun en dégage des voies de transformation spirituelle. Il s'appuiera sur l'étude des textes eux-mêmes en sanskrit, sur les commentaires qu'en a donnés Śaṅkarācārya, le grand sage du 8ème siècle, ainsi que d'autres textes védantiques.

Chaque séminaire dévoilera comment nous pouvons mettre ces textes en pratique dans notre quotidien, par des conférences vivantes au sein desquelles des méditations et des chants de mantras seront proposés. Des échanges et partages d'expérience trouveront naturellement leur place afin d'intégrer personnellement les textes et leur vibration en soi. Des séances de yoga pour mettre le corps en disposition de recevoir ainsi qu'un yoga nidra pour élever le niveau de conscience seront proposées au fil de ces deux jours.

Des rencontres questions/réponses avec Swami Atmarupananda permettront de préciser les aspects complexes des notions philosophiques et religieuses du *vedānta*.

### 3 - La voie de la connaissance du soi

Quelques extraits de la *Chāndogya upaniṣad*.

Délivrant des messages de grande sagesse, d'une actualité toujours saisissante, les *upaniṣad* dévoilent des trésors d'enseignements afin d'élever le niveau de connaissance du chercheur. Leur langage poétique permet d'unir le mental et le cœur, ouvrant une nouvelle voie d'apprentissage. Leur enseignement met en scène des rencontres entre des maîtres et leurs disciples :

- Les divers aspects de *brahman*, le Soi, sont enseignés au jeune Satyakāma par les paroles du taureau, du feu, du cygne, de l'oie, qui sont divers représentants du guru,
- *Tat tvam asi*, Tu es Cela ! Śvetaketu apprend de son père l'essence de la vérité par de multiples exemples : la graine de

banian, les abeilles, les rivières, le sel, etc...

- *Brahmavidyā*, la connaissance suprême de *brahman*, est enseignée par Sanatkumāra à son illustre disciple, le *deva-ṛṣi* Nārada.

Les trois séminaires sont indépendants les uns des autres, ouverts à tous, ils ne demandent aucune connaissance particulière.

## Programme indicatif

tous les jours

6h Office du matin : méditation, chants de mantra, lectures

8h00 Petit déjeuner

8h30 Karma yoga\*

12h00 Déjeuner

12h30 Karma yoga\*

13h30 Repos

16h30 Pause thé

18h-19h Office du soir : méditation silencieuse et chants

19h30 Dîner

20h00 Karma yoga\*

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

### Programme spécifique au séminaire

Vendredi 7 juin

- 17h Accueil des participants
- 18h Méditation et arati
- 20h30 Questions/réponses avec Swami Atmarupananda

Samedi 8 juin

- 7h20 Pratique de yoga
- 9h Séance de travail
- 11h Méditation guidée par Swami Atmarupananda
- 14h30 Séance de travail
- 17h Cours de philosophie
- 20h30 Lecture - Questions/réponses

Dimanche 9 juin

- 7h20 Pratique de yoga
- 9h Séance de travail
- 10h30 *Pūjā* avec chant du mantra
- 15h Conférence finale avec Yogindra sur le thème du week-end
- 17h Fin

## Bulletin d'inscription

### La Bhagavad Gītā et les Upaniṣad 3 - La voie de la connaissance du Soi 8 - 9 juin 2024

NOM .....  
Prénom .....  
Adresse .....  
CP ..... Ville .....  
Pays .....  
Téléphone .....  
Mail .....

Tarifs :

Pension complète			Externe		
Soutien	Base	Jeune (18-25)	Soutien	Base	Jeune (18-25)
160€	140€	100€	80€	70€	50€

J'entoure le tarif que je choisis

- Je joins un chèque à l'ordre du CVR :  
pour la totalité du montant soit .....€  
encaissé à réception

Possibilité de s'inscrire en ligne pour payer par CB ou virement :

<https://www.centre-vedantique.fr/inscription>

Séminaires > Inscription aux formations  
ou en utilisant le QR-code

- Je souhaite un reçu et je joins  
une enveloppe timbrée à mon adresse.



Renvoyez le bulletin et le règlement au  
CVR - 64 bd Victor Hugo  
77220 Gretz-Armainvilliers

