

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.



Géraldine Farion - Janaki

Ostéopathe et kinésologue, Janaki transmet le yoga depuis plus de 15 ans. Accompagner chacun.e pour qu'il puisse révéler son potentiel et trouver son autonomie, donne sens à sa pratique. Pour se faire, elle poursuit sans cesse sa recherche et enrichit son approche holistique. « Le mouvement c'est la vie » est

l'une des définitions de l'ostéopathie, le Vedanta dit la même chose. C'est une rencontre décisive avec Swami Veetamohananda, qui lui permet d'assumer pleinement son engagement spirituel, de le vivre au quotidien et de le partager dans tous les domaines de sa vie.

*« 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) |
| 240€ | 210€ | 150€ | 120€ | 105€ | 75€ |

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 vendredi 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)

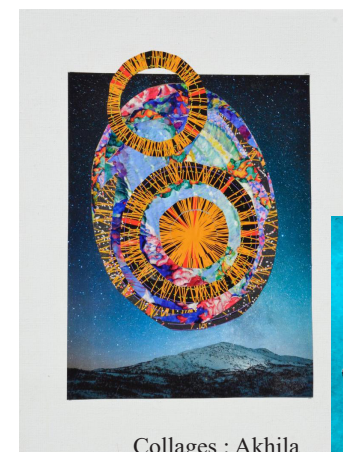
TGV (gare Marne-la-Vallée) ou VOITURE (autoroute A4)

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.

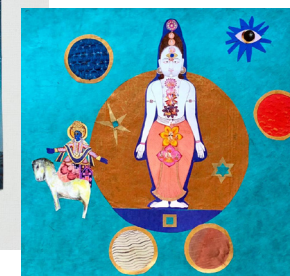
Venir en voiture : au départ de Paris, prendre l'autoroute A4 (direction Metz-Nancy) sur une vingtaine de km jusqu'à la sortie Gretz/Tournan (D471). Continuer sur cette route pendant une dizaine de km. Puis prenez la direction « Gretz centre » au 2ème feu (ignorez la direction au 1er feu). Le Centre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

VOYAGE DE LA MORT

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



Collages : Akhila



Formation

ESPRIT

1^{er}-3 mai 2024

avec Swami Atmarupananda
et Géraldine Farion-Janaki

CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

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

Cycle Voyage de la Mort

Ce troisième et dernier volet du Voyage de la mort abordera deux grands points et un pont reliant ces deux rives :

- l'accompagnement de notre proche à quitter son corps
- le pont entre ces deux rives : le pré-deuil
- le deuil

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

- **d'une rive... : l'accompagnement de notre proche à quitter son corps.**

Bien souvent la peur nous envahit, nous paralyse, le mourant le sent. Cette peur bloque deux processus, celui du mourant à quitter son corps, et le nôtre, en ne pouvant libérer l'Amour Inconditionnel. C'est avec le cœur et l'âme que nous devons entrer dans le processus d'accompagnement : libérer l'Amour inconditionnel en soi. Alors nous sera révélé que ce sont eux, les mourants, qui nous enseignent et nous offrent un cadeau unique. Ayons le courage de nous asseoir tranquillement à leur côté et d'écouter le cœur à cœur. C'est ce que nous expérimentons par un travail en binôme.

- **à l'autre ... : le deuil.**

Le deuil commence après la mort. Le deuil c'est ce chemin qui va nous mener vers l'acceptation de la mort et nous permettre nous réinvestir dans la vie. Nous sacraliserons cette étape par une création personnelle pour célébrer l'immortalité, nous permettre de transformer cette épreuve en acceptation et poser un regard de vie et de joie sur les fleurs au printemps.

- **en passant le pont du pré-deuil.**

C'est un processus particulier parce qu'il oppose des réalités contradictoires. Nous les aborderons, échangerons et écouterons...

La grande bénédiction après le deuil par Swami Vivekananda :
« Les vents bienheureux nous sont doux / Les mers nous comblent de bonheur / Que le maïs de nos champs nous apporte le bonheur / Que les plantes et les herbes nous apportent le bonheur / Que le bétail nous donne le bonheur / Ô Père céleste, sois heureux pour nous ! / La poussière même de la terre est pleine de bonheur / Et puis, la voix s'évanouit dans la méditation / Tout n'est que béatitude - toute béatitude - toute béatitude. »

Les deux premiers séminaires du cycle sont ouverts à tous. Prérequis pour le 3ème séminaire : avoir suivi le séminaire n°2

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

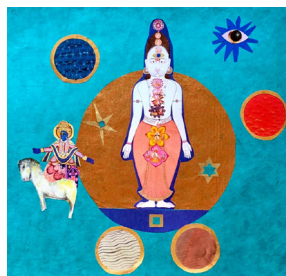
16h30 Pause thé

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, épiliches, nettoyage...)



Programme spécifique au séminaire susceptible de modification

Mardi 30 avril

17h Accueil des participants

17h30-18h Rencontre avec Swami Atmarupananda

18h-19h20 Rencontre du groupe et bases du séminaire

20h30 Questions-réponses avec Swami Atmarupananda

Mercredi 1er & Jeudi 2 mai

7h20-7h50 Pratique de yoga

9h-10h Rencontre avec Swami Atmarupananda sur le thème de la journée

10h-11h45 Pratiques avec Janaki

14h-14h30 Méditation avec Swami Atmarupananda

14h30-16h30 Pratiques avec Janaki et temps de travail seul.e

17h-18h Temps de travail et d'échange sur la journée

20h30 Questions-réponses avec Swami Atmarupananda

Vendredi 3 mai

7h20-7h50 Pratique de yoga

9h-10h Rencontre avec Swami Atmarupananda sur le thème de la journée

10h-11h45 Pratiques avec Janaki

14h-14h30 Méditation avec Swami Atmarupananda

14h30-16h30 Pratiques avec Janaki et conclusion du séminaire

Bulletin d'inscription

Cycle Voyage de la Mort

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

1^{er}-3 mai 2024

NOM

Prénom

Adresse

CP Ville

Pays

Téléphone

Mail

Tarifs :

| Pension complète | | | Externe | | |
|------------------|------|---------------|---------|------|---------------|
| Soutien | Base | Jeune (18-25) | Soutien | Base | Jeune (18-25) |
| 240€ | 210€ | 150€ | 120€ | 105€ | 75€ |

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-Armainvillie

