

BULLETIN D'INSCRIPTION

TRANSFORMATION TRANSPERSONNELLE

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Mail : _____

Tél. : _____

Pour vous inscrire : adressez-nous ce bulletin avec un chèque d'acompte de 50% du prix de la formation. 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 commencée puis interrompue du fait du participant ne donne droit à aucun remboursement. Tous les dossiers d'annulation seront régularisés dans le mois qui suit votre annulation.

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

En externe : petit déjeuner, déjeuner compris

Accueil : la veille à partir de 17 heures ; Repas à 19h30 ;
fin du stage : dimanche à 16 heures

DATES : 6-12 avril 2020

TARIFS : Interne 420 € Externe 210 €

Ci-joint 50% d'acompte chèque à l'ordre de CVR

À renvoyer : Centre védantique Ramakrishna
64, boulevard Victor-Hugo,
77220 Gretz -Armainvilliers



SWAMI SARVASTHANANDA

Moine responsable du Ramakrishna Vedanta Center, à Bourne End, près de Londres. Après des études en génie mécanique, il a rejoint l'Ordre Ramakrishna, à Belur Math même, en février 1987. Pendant plus de trente ans, il a été au service de l'ashram de Rajkot, dans le Gujarat, où il a œuvré comme rédacteur et éditeur, dans

le service humanitaire (secours et réhabilitation après des catastrophes naturelles) et comme président. Il a donné de nombreuses conférences à travers le monde sur le message universel de Ramakrishna, de Vivekananda et du vedanta. Swami Sarvasthananda a représenté la Mission Ramakrishna lors du forum de l'UNESCO "Les jeunes et leur impact social" qui s'est tenu à Riyadh, en Arabie saoudite, en mai 2017, et en Tunisie, en septembre 2018. Depuis juin 2017, il est l'un des trois représentants monastiques officiels de la Mission Ramakrishna aux événements de l'UNESCO, où qu'ils se tiennent de temps en temps dans différents pays du monde.



MARTINE TEXIER, PARAMESVARI

Formatrice en *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 2013. Depuis plus de 35 ans elle est animée par la joie de la transmission et par une recherche renouvelée pour rendre les outils du yoga 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 32 ans et directrice pendant 6 ans de l'École de Yoga d'Évian. Directrice de l'École de l'École Yoga Maternité Naissance à Évian pendant 15 ans. Elle est l'auteure de plusieurs ouvrages : « *Yoga, mudrâs et chakras* », « *L'attente sacrée : yoga, maternité, naissance* », « *Accouchement, naissance : un chemin initiatique* » (éditions Le Souffle d'Or)



JACQUES BANCELIN, YOGÏNDRA

Pratiquant de yoga depuis 35 ans, enseignant de yoga depuis 12 ans et formateur en yoga de l'énergie et yoga kriya védique. Après une formation d'ingénieur la découverte du yoga l'a beaucoup aidé pour gérer sa vie professionnelle. Puis le yoga est devenu son chemin de spiritualité. Après avoir suivi pendant quelques années l'enseignement d'Arnaud Desjardins basé sur le

Vedanta, l'approfondissement des textes fondamentaux de Yoga et du Vedanta lui a ouvert les portes de l'Inde. Il étudie assidument le sanskrit pour aller puiser à la source des textes sacrés. C'est avec passion qu'il a suivi l'enseignement de Swami Veetamohananda et qu'il l'exprime dans la pratique du yoga en intégrant les textes en sanskrit et les mantras.

Centre védantique Ramakrishna



64, boulevard Victor-Hugo, 77220 Gretz
Tél. : 01 64 07 03 11, Fax : 01 64 42 03 57
contact@centre-vedantique.fr www.centre-vedantique.fr

TRANSFORMATION TRANSPERSONNELLE

Être et devenir 6 -12 avril



Swami SARVASTHANANDA

Président du Ramakrishna Center,
Bourne end, près de Londres



Martine TEXIER, Paramesvari

Formatrice en yoga, yoga védique



Jacques BANCELIN, Yogîndra

Formateur en yoga, yoga védique



TRANSFORMATION TRANSPERSONNELLE

Les dimensions de l'Amour dans la vie

Pourquoi et comment ouvrir notre cœur ?

Le cœur est la force de Vie. La vie n'est pas possible si nous ne l'aimons pas.

Nous devons unifier notre cœur avec l'intelligence pure. Les problèmes viennent du manque d'ouverture du cœur. Si nous sommes capables d'accueillir la vie, quelque chose en nous s'éveille, c'est le cœur, la dimension de l'Amour.

Nous n'avons pas le courage d'affronter les situations de la vie, lorsque le cœur est faible. Nous devons développer la force nécessaire pour éliminer les forces négatives. La source de cette force est dans le cœur.

La science védantique nous dit : « Dans le fini, il n'y a pas de bonheur, le bonheur est dans l'infini seulement ». Nous devons ouvrir notre être et aller au-delà de l'existence conditionnelle. L'action connectée avec le cœur nous conduit vers la Réalité et ne laisse pas les forces négatives nous envahir.

Pour ouvrir notre cœur, nous devons suivre des méthodes : la méditation permet d'intensifier la conscience pure et l'énergie en nous. Cette énergie est la force de vie qui se développe comme le courage. Grâce à la pratique de la méditation, nous constatons des transformations en nous, la personnalité brille. Quand la luminosité rayonne en nous, le cœur s'ouvre et l'amour s'exprime. Alors l'intelligence nous révèle la Réalité et nous accédons au bonheur.

Nous sommes des êtres connectés avec le cosmos et son rythme.

Si nous ne sommes pas dans ce rythme car l'énergie est canalisée par d'autres forces, comme les pulsions, les instincts, les émotions..., la « conscience de je » est contractée et n'est pas reliée au cœur, alors le cœur devient faible. Nous devons être libres de toutes ces forces.

La méditation intensifie la force de vie qui élimine les forces négatives et cette force de vie s'exprime comme l'amour pur.

ÊTRE ET DEVENIR

Le véritable objectif de la vie est d'approfondir notre être dans l'infini. La qualité la plus fondamentale est de cultiver une personnalité totale en développant l'excellence dans toutes nos entreprises. La personnalité totale est pleine d'amour, de gentillesse, de sagesse paisible et d'une intuition incomparable pour les réalités de la vie.

En laissant lentement émaner la pure conscience en nous, la joie d'être se manifeste

Yoga, méditation et mantras

La pratique des postures de yoga nous aide à harmoniser notre énergie psychophysique pour simplement être et faire l'expérience de l'unité avec l'infini.

La méditation sur l'Absolu et la pratique des mantras nous conduisent au-delà des forces intellectuelles et rationnelles qui nous conditionnent et nous contractent.

C'est l'intégration de ces pratiques qui nous rend de plus en plus heureux.

Du plus profond de notre être, une joyeuse énergie surgit quand la peur, la colère, la jalousie et le mécontentement sont éliminés.

Un niveau de conscience profond et bien établi est l'antidote pour tous les problèmes de la vie.

PROGRAMME

Tous les jours

6h : Office du matin : méditation, répétition du mantra, chants et lecture d'enseignements

7h15: Hatha yoga

8h00 : Petit déjeuner

8h30 : Karma yoga *

10h00: Pause

12h00 : Déjeuner

12h30 : Karma yoga *

13h30 : Repos

16h30 : Pause thé

18h-19h : Office du soir –
Méditation silencieuse et chants

19h30 : Dîner

20h : Karma yoga *

20h30 : Programme du soir

* Aide aux tâches de l'ashram

ÊTRE ET DEVENIR

Dimanche 5 avril

17h : accueil des participants internes, remise des clés et installation

19h30 : dîner

Lundi 6 avril

définition de l'être

9h00 : Accueil des participants externes

9h15–10h : Réflexion en groupe

10h30–12h : Yoga avec Martine, Jacques

15h00: Conférence

17h00: Yoga nidra avec Martine, Jacques

Mardi 7 avril découverte des potentialités de l'être

9h15–10h : Réflexion en groupe

10h30–12h : Yoga avec Martine, Jacques

15h00: Conférence

17h00: Yoga nidra avec Martine, Jacques

19h00: Répétition du mantra

20h30: Dîner

Mercredi 8 avril

9h15–10h : Réflexion en groupe

10h30–12h : Répétition du mantra

15h00: Yoga ou conférence

17h00: Répétition du mantra

Jeudi 9 avril un être véritable est le trésor de l'humanité

9h15–10h : Réflexion en groupe

10h30–12h : Yoga avec Martine, Jacques

15h00: Conférence ou mantra

17h00: Yoga nidra avec Martine, Jacques

Vendredi 10 avril les méthodes pour devenir un être total

9h15–10h : Réflexion en groupe

10h30–12h : Yoga avec Martine, Jacques

15h00: Conférence ou mantra

17h00: Yoga nidra avec Martine, Jacques

20h30: Mantra yoga

Samedi 11 avril

Transformation des potentialités pour la vie actuelle

9h15–10h : Réflexion en groupe

10h30–12h : Répétition du mantra

15h00: Yoga nidra avec Martine, Jacques

17h00: Conférence

Dimanche 12 avril

9h15–10h : Synthèse avec le groupe

10h30–12h : Répétition du mantra

14h30: Conférence : être et devenir

16h00 : fin

Le séminaire *transpersonnelle* est ouvert à toute personne en recherche de la vie juste et en quête de soi.

Les journées alterneront entre des temps de réflexion, des temps de recherche en petits groupes, des temps de silence et des temps de pratique de yoga kriya védique, yoga nidra védique, méditation et mantra yoga.

La participation à la vie de l'ashram et le karma yoga font partie du séminaire.

Le Centre védantique est situé à environ 30 km de Paris-est. Il est facilement accessible : RER E (gare Haussmann Saint-Lazare — gare du Nord) ; TGV (gare Marne-la-Vallée)

Venir en RER : Par la Ligne E, depuis Paris, au départ de la gare Haussmann-Saint-Lazare ou de la station Magenta-gare du Nord, prendre la direction de Tourman. Descendre 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 n° 1, à environ 10 mn à pied de

Venir en voiture : Au départ de Paris, prendre l'autoroute A4 (direction Metz-Nancy) sur une vingtaine de km jusqu'à la sortie Gretz/Tourman (D471). Sur cette route, prendre au 2° feu (après une dizaine de km) la direction « Gretz centre » (ignorer au premier feu cette direction). Le Centre védantique se trouve sur la gauche, après l'entrée de la ville, Parking au 1, boulevard Romain-Rolland.