

Centre védantique Ramakrishna

ACTIVITÉS 2023-2024



Qu'Il nous illumine

ÉDITORIAL

L'activité du Centre védantique Ramakrishna a débuté en France lorsque Swami Siddheswarananda est arrivé d'Inde en 1937. Il a été durablement établi en 1948 lorsque la propriété actuelle a été achetée. Cela peut sembler une longue histoire. Cependant, pour des institutions de ce type, la nôtre, est encore très récente : nos pensées se portent sur les mille prochaines années. L'Université de l'Homme, l'Institut de Recherche et de Pratique de Yoga Védique et nos autres programmes sont encore en phase de développement.

Venez, rejoignez une communauté vivante, participez à nos programmes, et découvrez comment vous pouvez, vous aussi, apporter vos idées et votre énergie.

Nous entamons une nouvelle année d'activités avec une vitalité renouvelée. Nous avons beaucoup de projets pour 2023-24, comme vous le verrez dans ces pages - de nouveaux programmes ainsi que des programmes plus anciens qui restent appréciés au fil des années. À l'avenir, nous espérons développer les cours de l'Université de l'Homme dans le domaine des Arts et de la Science de la spiritualité. Avec les ressources humaines et matérielles appropriées, un grand centre de formation et de pratique spirituelles est en train de se développer ici.

Mais derrière tous ces programmes et instituts, il y a l'ashram, et c'est notre cœur. C'est ce que nous sommes.

Qu'il y ait ou non des séminaires en cours, la vie de l'ashram se poursuit, avec son rythme tranquille de méditation, d'adoration, d'étude, de réflexion, de travail manuel et de vie en communauté. Il n'est pas nécessaire de venir uniquement pour suivre des séminaires, venez participer à la vie de l'ashram, à son rythme tranquille, apaisant et transformateur. Ceux d'entre nous qui vivent ici le font pour l'ashram lui-même. Telle est la véritable vie du Centre védantique Ramakrishna.

Il y a cependant un cœur à l'ashram lui-même, et c'est Śrī Rāmakrishna, dont la vie et les enseignements sont l'inspiration pour tout ce que nous faisons. C'est son universalité qui nous ouvre les portes des religions du monde et les fait nôtres. C'est son amour universel qui nous inspire pour accueillir tout le monde afin que chacun se sente chez lui. Ce sont ses vastes réalisations qui nous incitent à rechercher l'illumination par la méditation, la dévotion, la connaissance et le service. Et c'est sa présence vivante qui nous soutient. On peut venir au Centre védantique Ramakrishna et participer aux programmes et à l'ashram pendant des années sans avoir besoin de s'intéresser à Śrī Rāmakrishna lui-même. Mais si l'on se demande pourquoi nous vivons ici, c'est en raison de son esprit immense et omniprésent.

Venez, et participez à nos programmes. Venez, et passez quelques jours tranquilles à l'ashram. Et pour ceux qui s'intéressent à Śrī Rāmakrishna, venez, car ici sa présence est vivante.



SOMMAIRE

PRÉSENTATION DU CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA	02
HISTORIQUE	02
LA VIE AU CENTRE VÉDANTIQUE	03
WEEK-END TYPE DE SEPTEMBRE À JUIN	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
CYCLES DE CONFÉRENCES	18
CONFÉRENCIERS	18
AYURVÉDA	22
BILAN AYURVÉDIQUE	22
RENCONTRE AUTOUR DE L'AYURVÉDA	23
MASSAGE AYURVÉDIQUE	23
COURS	24
HATHA YOGA	24
COURS PARTICULIERS DE CHANT	25
SÉJOUR EN SILENCE	26
ÉVÈNEMENTS	27
JOURNÉE PORTES OUVERTES	27
RENCONTRE INTERRELIGIEUSE	27
JOURNÉE INTERNATIONALE DU YOGA	27
MUSIQUE - CONCERTS	28
SOIRÉES BHAJAN, KIRTAN ET MANTRA	28
CONCERTS	28
UNIVERSITÉ DE L'HOMME	29
PRÉSENTATION	29
INSTITUT DE RECHERCHE ET DE PRATIQUE DE YOGA VÉDIQUE	31
FORMATIONS ET SÉMINAIRES	32
SÉMINAIRE	64
INFORMATIONS ET INSCRIPTION	65
HÉBERGEMENT ET ÉQUIPEMENTS	65
FONCTIONNEMENT DU CENTRE	65
BULLETIN D'INSCRIPTION	66

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 Śrī Rāmakrishna (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 Rāmakrishna exprime au plus haut degré l'universalité du phénomène spirituel.

Après la mort de Śrī Rāmakrishna, 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 Rāmakrishna prit naissance en France en 1936. Inspirés par les livres de Romain Rolland, lauréat du Prix Nobel, sur Śrī Rāmakrishna et Swami Vivekananda, un certain nombre de Français se réunirent à la Sorbonne pour la commémoration du centenaire de Śrī Rāmakrishna .



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 DE SEPTEMBRE À JUIN

Voici les principaux horaires. Il est nécessaire d'envoyer un e-mail pour réserver le repas. Toutes les activités sont en entrée libre, une participation aux frais est demandée pour les repas (12,50€).

SAMEDI

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
Questions - réponses avec Swami Atmarupananda	20h30
Fermeture des portes	21h30

DIMANCHE

Ouverture des portes	05h50
Méditation, chants, lectures	06h00
Petit-déjeuner	08h00
Puja et répétition du mantra	10h30
Déjeuner	12h00
Conférence, discussion ou spectacle	15h00
Thé	16h00
Office du soir-arati, avec chants	18h00
Dîner	19h30
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.

Les vitraux de sa rotonde illustrent deux aphorismes : « Quand je sais que je suis tout, c'est la connaissance », « Quand je sais que je ne suis rien, c'est l'amour ».

À droite de ce kiosque, on peut longer un bois, empli de chants d'oiseaux, et finalement aboutir à la plus grande prairie réservée aux vaches. Ceux qui les accompagnent trouvent là un endroit idéal pour contempler le ciel étoilé ou le soleil couleur d'or à son lever. Des chevreuils, aussi, se sont habitués à venir trouver refuge ici.

Revenant sur nos pas, devant *Sarada Mandir* (le bâtiment à deux étages à gauche du kiosque) nous pourrions contempler le jardin de fleurs, reflet du ciel et d'un travail habile. Une serre se trouve juste à côté, elle permet de préparer et protéger les fleurs offertes aux cultes.

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



Classée dans l'hindouisme, Radio Gandharva Gana est considérée comme un pont entre les sages d'orient et la culture d'occident. La radio se définit comme première radio védantique et selon son fondateur ouverte à toutes les traditions et spiritualités.

“ Le védanta enseigne la présence de la divinité en tout : la nature de l'homme et de l'univers entier est divine. Ainsi le but de la vie humaine est de découvrir et de manifester cette réalité, les différentes traditions dans le monde constituant autant de chemins pour y parvenir. L'unité dans la diversité est le thème immortel du védanta. ”

Swami Veetamohananda

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 12h00 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

KRISHNA JANMASHTAMI

Mercredi 6 septembre 2023 de 19h à 20h30

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

DURGA PUJA

Dimanche 22 octobre 2023 de 10h30 à 12h00

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

KALI PUJA

Dimanche 12 novembre 2023 de 19h00 à 20h30

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

VEILLÉE DE NOËL

Dimanche 24 décembre 2023

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 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

Lundi 25 décembre 2023

- 10h30 : Puja
- 12h00 : Déjeuner
- 14h30 : Programme culturel - Musique et chants

Séjour/jour/personne 50 € en pension complète - Accueil le 24 décembre à partir de 16h

Réservation par mail : contact@centre-vedantique.fr



PASSAGE DE LA NOUVELLE ANNÉE

Du Samedi 30 décembre 2023 au Lundi 1er janvier 2024

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.

Samedi 30 décembre

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

Dimanche 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

Lundi 1^{er} janvier 2024

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

Séjour/personne 100 € en pension complète du 30 décembre à partir de 16h au 1^{er} janvier.

Réservation par mail : contact@centre-vedantique.fr

SARADA DEVI PUJA

Dimanche 7 janvier 2024 de 10h30 à 12h00

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

SWAMI VIVEKANANDA PUJA

Dimanche 4 février 2024 de 6h00 à 7h00 et de 10h30 à 12h00

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

SHIVA RATRI

Vendredi 8 mars 2024 de 19h à 20h30

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

RAMAKRISHNA PUJA

Dimanche 10 mars 2024 de 10h30 à 12h00

Culte dédié à Śrī Rāmakrishna , l'Infini qui s'exprime comme la force purificatrice et la force unificatrice. La célébration est animée par des chants spirituels.

SHANKARA JAYANTI

Dimanche 12 mai 2024 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 Gertz en tant que président et directeur spirituel.



MÉDITATION GUIDÉE

Entrée libre

- **Mardi de 18h45 à 19h30** de septembre à juin
- **Samedi de 11h à 11h45** de septembre à juin

La méditation a atteint une certaine popularité et on lui attribue de nombreux effets bénéfiques. Elle réduit le stress, 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 immunitaire.

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 10h30** dans la chapelle durant la puja avec l'ensemble des résidents et amis du centre.

Navākṣara mantra : mantra aux neuf syllabes - om̐ aiṁ hrīṁ klīm cāmuṇḍāyai 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

Entrée libre et sans inscription

De septembre à juin, chaque dimanche à 15h, 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

- 03/09 Atelier - conférence avec Anne Piovesan
- 10/09 Yoga en prison - Une lecture des Yoga Sutra de Patanjali par André Weil
- 17/09 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)
- 24/09 Leadership - Stewardship (gestion), qu'est-ce que Dieu a à voir là-dedans ? par Lynne Burney

OCTOBRE

- 01/10 Découverte et pratique du yoga assis sur chaise par Joëlle Benier-Favier et Stéphane Anselmino
- 08/10 Homme et femme il les créa par le Dr Dominique Leyronnas
- 15/10 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)
- 22/10 Programme culturel pour la fête de Durga avec Swami Atmarupananda et un concert du Dr Raveendra Katoti et ses musiciens. (voir p. 28)
- 29/10 Concert Dattatreya Velankar (voir p. 28)

NOVEMBRE

- 05/11 Le pouvoir de la pensée par Swami Purnananda
- 12/11 Prédications pour l'année 2024 en fonction des transits planétaires par Michael Leboeuf - Varuna
- 19/11 Le yoga du cœur au cœur du yoga par Jacques Vigne
- 26/11 Chanter sa vie et vivre son chant : la vie comme art par Jérôme Alexandre

DÉCEMBRE

- 03/12 Le couple : une aventure à deux par le Dr Dominique Leyronnas
- 10/12 La voie de la méditation par Jacques Bancelin - Yogîndra
- 17/12 Conférence sur l'enseignement du Christ par le frère Benoît Billot

JANVIER

- 07/01 Programme culturel pour l'anniversaire de Sri Sarada Devi
- 14/01 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)
- 21/01 La méditation, les états d'esprit névrotiques qui empêchent l'ouverture et la réceptivité à un état d'éveil - Conférence de Swami Rameshwarananda Giri
- 28/01 Du culte des ancêtres au védanta par Romain Madjita - Ramji

FÉVRIER

- 04/02 Programme culturel à l'occasion de l'anniversaire de Swami Vivekananda
- 11/02 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)
- 18/02 Mythologie et art de l'Inde au fil du « flow » de la déesse Ganga par Serge Lelandais - Bhaktaraj
- 25/02 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)

MARS

- 03/03 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)
- 10/03 Programme culturel pour l'anniversaire de Śrī Rāmakrishna
- 17/03 Devenir mère : l'instinct maternel existe-t-il ? par le Dr Dominique Leyronnas
- 24/03 La voie de l'amour par Jacques Bancelin - Yogîndra
- 31/03 Conférence de Swami Atmarupananda (voir sur le site)

AVRIL

- 07/04 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)
- 14/04 Conférence par Dr Jocelyne Borel Khuner (voir sur le site)
- 21/04 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)
- 28/04 Que murmure à nos corps (d'acteurs) le Buddha paré protégé par le Nâga ? par Muriel Roland

MAI

- 05/05 Devenir père : une identification parfois difficile par le Dr Dominique Leyronnas
- 12/05 Sri Shankara Jayanti avec Swami Yogananda Sarasvati
- 19/05 Les mudras des mains dans la pratique du Hatha yoga par Dr Agnes Icart
- 26/05 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)

JUIN

- 02/06 Le couple à l'épreuve de la parentalité par le Dr Dominique Leyronnas
- 09/06 La voie de la connaissance du Soi par Jacques Bancelin - Yogîndra
- 16/06 Transformer ses blessures en force de vie au service de sa mission d'Être et d'Action (niveau 2) par Dominique Lussan
- 23/06 Conférence par Swami Atmarupananda (voir sur le site)
- 30/06 Rencontre interreligieuse (voir sur le site)

CYCLES DE CONFÉRENCES

PHILOSOPHIE VÉDANTIQUE

Swami Atmarupananda

Entrée libre et sans inscription

À partir du 14 octobre et jusqu'au 1^{er} juin inclus, chaque samedi, 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.

CYCLE ART ET SPIRITUALITÉ

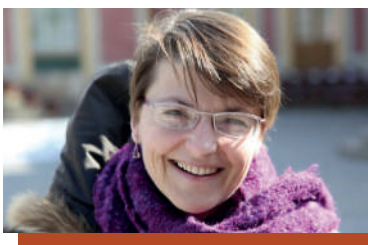
- 26/11/2023 à 15h : Chanter sa vie et vivre son chant : la vie comme art par Jérôme Alexandre
- 28/01/2024 à 15h : L'infini divin et l'éblouissance esthétique par Jean Marie Pradier
- 28/04/2024 à 15h : Que murmure à nos corps (d'acteurs) le Buddha paré protégé par le Nâga ? par Muriel Roland

CYCLE YOGA MATERNITÉ / PATERNITÉ : ENTRE BIOLOGIE ET SOCIOLOGIE

Dr Dominique Leyronnas

- 08/10/2023 à 15h : Homme et femme il les créa
- 03/12/2023 à 15h : Le couple : une aventure à deux
- 17/03/2024 à 15h : Devenir mère : l'instinct maternel existe-t-il ?
- 05/05/2024 à 15h : Devenir père : une identification parfois difficile
- 02/06/2024 à 15h : Le couple à l'épreuve de la parentalité

CONFÉRENCIERS



Muriel Roland

Actrice, pédagogue, chercheuse en théâtre, sa démarche de création est fortement marquée par les enseignements directs de ses maîtres, Marcel Marceau, Jean Gillibert et Kar Fung Wu.

Swami Yogananda Sarasvati

Initié à 22 ans dans l'ordre du Paramahansa Sannyâsa, il appartient à la lignée des « Sarasvati ». Spécialiste du sanskrit et des textes majeurs du védanta. Commentateur des œuvres de Shankara.

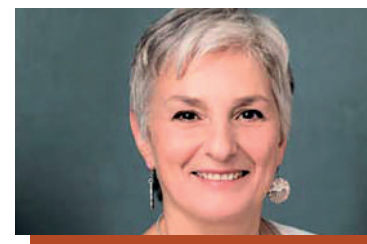


Swami Rameshwarananda Giri

Swami Rameshwarananda Giri est un moine hindou du Saint Ordre des Swamis (Dashanami Sampradaya), représentant de la Communauté Védique d'Espagne et directeur de l'École Européenne de Yoga Vedanta et de Méditation.

Frère Benoît Billot

Prêtre, responsable du dialogue inter-religieux monastique pour la France pendant 20 ans, il a fondé la Maison de Tobie, une école de vie spirituelle et d'intériorité promouvant la vie spirituelle en rapport avec le corps, le psychisme et les grandes traditions.

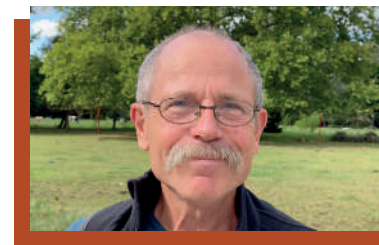


Dominique Lussan

Ethnologue, psychologue, agricultrice, chimiste, économiste, elle pratique le yoga depuis l'âge de 11 ans et l'enseigne depuis plus de 35 ans. Elle fonde en 2001, à la suite d'une recherche doctorale, Harmonic Vision, centre de recherche et développement sur les états de la conscience et la création de valeur globale.

Dr Dominique Leyronnas

Pédiatre néonatalogiste et réanimateur, il accueille et assiste les bébés à la naissance dans des circonstances tantôt sereines, tantôt dramatiques depuis plus de 40 ans.





Lynne Burney

Professeure de 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. Inspirée notamment par Shri Mahesh et Lucienne Lecoin-Barrelier. Initiée au vedânta par Swami Veetamohananda

Joëlle Benier et Stéphane Anselmino

Professeurs de yoga, formés au yoga sur chaise par Jeannot Margier, ils mettent leurs expériences respectives en yoga au service de cet enseignement.

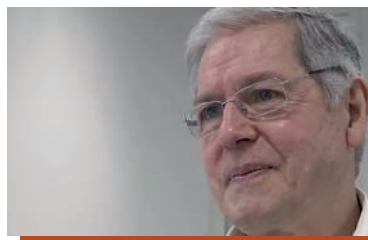


Dr Jocelyne Borel Kuhner

Responsable de la consultation douleur (avec des soins palliatifs) à l'hôpital René-Dubos à Pontoise, et yogathérapeute. Sa spécificité est de traiter avec les outils du yoga, des patients qui ne le pratiquent pas.

Jacques Vigne - Vigyanânand

Médecin psychiatre, chercheur et contemplatif, disciple de Swami Vijyanânanda dans la tradition de Mâ Anandamayi et de la moniale bouddhiste Tenzi Palmo, il propose un enseignement au carrefour des traditions de l'Inde et des sciences cognitives modernes.



Jean-Marie Pradier

Docteur en psychologie et docteur ès Lettres, professeur émérite de l'université Paris 8, codirecteur du Département Théâtre, il a également fondé et dirigé le groupe de recherche interdisciplinaire sur les comportements humains spectaculaires organisés (OHPB) devenu Laboratoire d'ethnoscénologie.

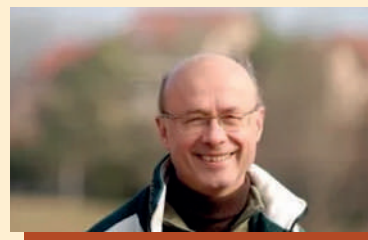
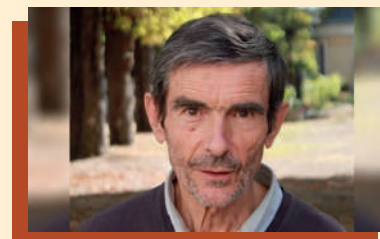


Anne Piovesan

Naturopathe - Formatrice culinaire - Journaliste culinaire pour Yoga Journal France. Anne est spécialisée dans le développement d'une alimentation saine, biologique et éthique. Elle transmet sa pratique d'une cuisine qui valorise le plaisir, l'harmonie et l'équilibre avec passion et générosité. Pour Anne, le plaisir et la gourmandise doivent être au centre de toute réforme alimentaire.

Jérôme Alexandre

Docteur en théologie, professeur extraordinaire à la Faculté Notre-Dame, co-responsable du séminaire L'art et les formes de la nature du Collège des Bernardin, il a publié plusieurs ouvrages sur l'art, les Pères de l'Eglise, la théologie.

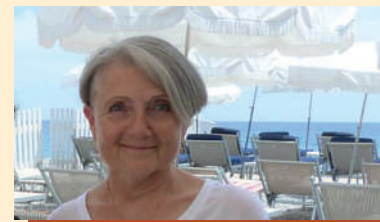


André Weill

Physicien, écrivain, conférencier, père de cinq enfants, grand-père, animé par une grande soif de liberté, il est pèlerin au long cours et citoyen du monde.

Dr Agnès Icart

Psychiatre, praticienne du BSMAB, elle est également professeure de Hatha Yoga traditionnel.



Swami Atmarupananda
Jacques Bancelin - Yogîndra
Yves Baudron
Michael Leboeuf - Varuna
Serge Lelandais - Bhaktaraj

Voir biographie page 14

Voir biographie page 43

Voir biographie page 37

Voir biographie page 46

Voir biographie page 52

AYURVÉDA

BILAN AYURVÉDIQUE

Vaidya Rajalakshmi Chellappan

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

DATES 2023/2024 - les dimanches

- | | | | | |
|----------------|---------------|--------------|------------|----------|
| • 30 septembre | • 11 novembre | • 20 janvier | • 2 mars | • 18 mai |
| • 21 octobre | • 2 décembre | • 10 février | • 20 avril | • 8 juin |

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, Vaidya Rajalakshmi Chellappan, passe de nombreuses heures dans l'analyse et l'étude de cas de la personne. 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 est entre vos mains, l'efficacité des soins ayurvédiques 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 Vaidyas 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.

Uniquement sur rendez-vous

RENCONTRE AUTOUR DE L'AYURVÉDA

Entrée libre

Vaidya Rajalakshmi Chellappan

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

DATES 2023/2024 - les samedis de 13h00 à 14h00

- | | | | | |
|---------------|---------------|--------------|------------|----------|
| • 1er octobre | • 12 novembre | • 21 janvier | • 3 mars | • 19 mai |
| • 22 octobre | • 3 décembre | • 11 février | • 21 avril | • 9 juin |

MASSAGE AYURVÉDIQUE

Uniquement sur rendez-vous

1h 60€ • 1h30 80€

Alain Marcelot

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

DATES 2023/2024 - les mercredis de 13h00 à 14h00

- | | | |
|----------------|--------------|----------|
| • 13 septembre | • 17 janvier | • 15 mai |
| • 15 novembre | • 13 mars | |

“ 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 privatif sera également prévu après le massage.

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

Bien chaleureusement, ”

Alain



COURS

HATHA YOGA

Entrée libre et sans inscription

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 avant tout un pratiquant, puis un philosophe, un théologien, un psychologue, au sens large. 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 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.

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 soigneuse
- 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 science 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.

COURS PARTICULIERS DE CHANT

Florian Westphal - Viveka

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

BILAN VOCAL GÉNÉRAL durée minimum 2h 120€

C'est une formule particulière. Le bilan se fait sur la valeur d'une demi-journée.



SÉJOUR EN SILENCE

Swami Atmarupananda

Ces week-ends sont proposés pour retrouver un rythme calme et détendu en soi dans un cadre exceptionnel, loin du rythme des séminaires et de votre quotidien.

Il ne s'agit pas d'acquérir de nouvelles méthodes, connaissances ou de trouver quoi que ce soit. Non. Aucun but durant ce séjour. Simplement permettre l'ouverture intérieure en observant le silence, en modérant parole, regard et gestes afin que les sens retrouvent un fonctionnement empreint de simplicité.

Grand bénéfice pour la santé mentale, ce temps dans cet espace privilégié de l'ashram vous permettra de réduire stress, anxiété. Cette retraite vous permettra de retrouver une qualité de concentration, une clarté mentale afin de vous offrir une perspective plus claire sur la vie.

Ce ressourcement vous permettra de contacter cette joie profonde présente en chacun de nous, trop souvent voilée par la frénésie du monde.

Deux journées rares pour être et vivre au rythme de l'ashram.

Deux journées uniques pour lire, marcher, réfléchir, méditer, partager le quotidien des résidents au jardin, à l'étable, au potager ou à la buanderie.

Deux journées détendues pour écouter le silence et s'entendre intérieurement.

Intervenant : Swami Atmarupanada

Dates : 21-22/10/2023 • 17-18/02/2024 • 11-12/05/2024

www.centre-vedantique.fr - Rubrique Activités



ÉVÈNEMENTS

JOURNÉE PORTES OUVERTES

• Samedi 16 septembre 2023 de 9h à 21h30

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

Déjeuner sur place à 12h avec les résidents (12,50€)

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

RENCONTRE INTERRELIGIEUSE

• Samedi 29 et dimanche 30 juin 2024



Ramakrishna comme Vivekananda ont été interreligieux dans leur esprit et dans leur cœur. Leur cœur était ému par toute invocation religieuse, quel que soit le nom du Dieu invoqué, pourvu que l'invocation fût fidèle et sincère ; et leur esprit appuyait cette émotion en démontrant, par la parole, l'image et les actes, l'unité d'inspiration de toutes les religions. Plusieurs religieuses et religieux des principales religions présentes en France sont conviés à ces rencontres. Ces rencontres n'ont pas pour but de comparer les dogmes, les croyances ou les credo de chacun, mais de partager les pratiques spirituelles pour s'unir dans le silence qui veille et écoute.

Retrouvez le programme sur le site www.centre-vedantique.fr - rubrique Évènements

JOURNÉE INTERNATIONALE DU YOGA

• Samedi 22 juin 2024 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 les intervenants
- manger indien (12,50€)

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



MUSIQUE-CONCERTS

SOIRÉES BHAJAN, KIRTAN ET MANTRA

Florian Westphal et le groupe yoga du chant

Entrée libre et sans inscription

de 20h30 à 21h30 les samedis :

- 16 septembre 2023 • 25 novembre 2023 • 27 janvier 2024 • 9 mars 2024
- 30 septembre 2023 • 20 janvier 2024 • 10 février 2024 • 27 avril 2024

CONCERTS

MUSIQUE POP ROCK SPIRITUELLE

Naren & Sarada

Entrée libre et sans inscription

de 20h30 à 21h30 les samedis :

- 2 septembre 2023 • 22 juin 2024
- 3 février 2024 • 29 juin 2024

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.



MUSIQUE CLASSIQUE HINDOUSTANI

Dr. Raveendra Katoti Harmonium, Sri Sumith Naik Tabla, Sri Tejas Katoti Harmonium support

- Dimanche 22 octobre 2023 à 15h

Entrée libre et sans inscription



Dr Raveendra Katoti

Disciple éminent du légendaire maître de l'harmonium Guruvarya Pt Rambhau Bijapure. Premier joueur d'harmonium hindoustani à se voir attribuer le grade A par All India Radio. Soliste et accompagnateur de renom, il s'est produit dans le monde entier.

Il est à l'origine de la Bijapure Harmonium

Foundation Bengaluru, qui organise des festivals d'harmonium, des sommets mondiaux de l'harmonium et forme la nouvelle génération de joueurs d'harmonium. Récompensé par les prix Sangeet Visharad, Sangeet Alankar, Sur Ratna, Veda naada, pranavashri.

MUSIQUE CLASSIQUE HINDOUSTANI

Dattatreya Velankar chant et Harmonium, Yogeesh Bhat Tabla (voir biographie p.60)

- Dimanche 29 octobre 2023 à 15h

Entrée libre et sans inscription

UNIVERSITÉ DE L'HOMME

PRÉSENTATION & WEEK-END 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 exprimions 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.

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.

INSTITUT DE RECHERCHE ET DE PRATIQUE DE YOGA VÉDIQUE

La formation se déroule en résidentiel 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 1960€ au total.

Toute la vie est déjà une vie spirituelle, dès lors que nous apprenons à la considérer comme telle. En effet, tous les êtres sont des aspirants spirituels, qu'ils le sachent ou non. (La plupart d'entre eux, bien sûr, ne le savent pas, mais cela ne change rien au fait.)

Rejoignez-nous dans cette aventure où le quotidien devient spirituel ou, pour le dire autrement, où le quotidien se révèle être spirituel.

Informations et inscription par mail à institutrpyv@gmail.com

Venez découvrir l'IRPYV :

Week-end découverte de l'Institut de Recherche et de Pratique de Yoga Védique 16 et 17 septembre.

Inscription sur le site www.centre-vedantique.fr - rubrique Séminaires

FORMATIONS ESPRIT

CYCLE VÉDANTA : LA SCIENCE SACRÉE

3 formations avec Swami Atmarupananda et Martine Texier - Paramesvari

• Séminaire 1 du 23 au 29 octobre 2023 : Spiritualiser le Quotidien

“ Lorsque je médite, que je fais du yoga ou que je lis des livres spirituels, la vie me semble belle et bien réglée, mais dès que j'entre dans le travail de la journée, mon équilibre s'effondre et j'ai l'impression de tout oublier. ”

Telle est l'une des plaintes les plus fréquentes des personnes qui suivent un chemin spirituel. La division entre la vie spirituelle et la vie séculière semble être tout à fait réelle, expérimentale.



Elle crée une division dans notre esprit, nos émotions et nos actions, ce qui nous amène à penser qu'une véritable vie spirituelle n'est possible que dans un monastère, un ashram ou dans la forêt, à l'écart de la société.

Cependant, si nous allons vivre dans un ashram ou faisons une retraite en forêt, la lune de miel initiale se dissipe et nous retrouvons la même division entre sacré et profane, parce que la division se trouve dans notre propre esprit, et non dans le monde extérieur. Et comme pour tout travail spirituel, c'est dans l'esprit qu'il faut opérer le changement.

Dans ce séminaire, nous apprendrons des méthodes pratiques pour changer notre façon de penser et d'agir, afin que la vie elle-même devienne une vie spirituelle, que la vie elle-même devienne un yoga. Nous comprendrons alors ce que les anciens avaient compris : la religion n'est pas un domaine d'étude et d'activité spécialisé pour ceux qui veulent quelque chose de plus que la vie ordinaire.

• Séminaire 2 du 19 au 25 février 2024 : Ma Religion Personnelle

Pendant toute l'histoire de l'humanité jusqu'à ces cinquante dernières années, les gens naissaient dans une religion où ils vivaient et mouraient : il n'y avait pas de grands choix possibles, seulement de petits choix à l'intérieur d'une religion particulière. Malgré cette limitation, de nombreux grands saints ont vu le jour. Mais il y a certainement eu de grands sacrifices lorsque les gens ont dû s'adapter à la voie existante qui leur était offerte : trouver une voie adaptée à leur nature n'était même pas concevable pour la majeure partie du monde.

Aujourd'hui, nous disposons d'une extraordinaire richesse de voies spirituelles. On peut trouver des livres, et même des enseignants et des communautés, qui enseignent toutes les voies religieuses imaginables dans le monde entier. Par conséquent, notre problème moderne est à l'opposé de celui de nos ancêtres. Nous avons tellement de choix que nous avons souvent du mal à nous fixer sur une voie. De nombreuses personnes passent aujourd'hui leur vie à faire du lèche-vitrine auprès des religions, sans se consacrer à aucune d'entre elles.

Swami Vivekananda n'a pas eu peur de cette nouvelle richesse. Il l'a anticipée et l'a adoptée. Il a dit un jour :

“ La finalité ne semble donc pas être la destruction mais la multiplication des sectes jusqu'à ce que chaque individu soit une secte à lui tout seul. ”

Il a également déclaré :

“ J'accepte toutes les religions qui ont existé dans le passé et je célèbre leur culte avec toutes ; j'adore Dieu avec chacune d'entre elles, quelle que soit la forme sous laquelle elles le célèbrent. J'irai à la mosquée du mahométan ; j'entrerai dans l'église du chrétien et je m'agenouillerai devant le crucifix ; j'entrerai dans le temple bouddhiste, où je me réfugierai en Bouddha et dans sa loi. J'irai dans la forêt et je méditerai avec l'hindou qui essaie de voir la lumière qui éclaire le cœur de chacun.... Non seulement, je ferai tout cela, mais je garderai mon cœur ouvert à tout ce qui peut venir dans l'avenir. Le livre de Dieu est-il terminé ? Ou bien la révélation se poursuit-elle continuellement ? ... La Bible, les Védas, le Coran et tous les autres livres sacrés ne sont que des pages, et un nombre infini de pages restent encore à s'ouvrir... Salutation à tous les prophètes du passé, à tous les grands du présent, et à tous ceux qui viendront dans l'avenir ! ”

Dans ce séminaire, nous apprendrons à trouver notre chemin au milieu de cette grande richesse pour trouver notre propre religion personnelle.

• Séminaire 3 du 15 au 21 avril 2024 : Les Cinq Piliers de la Sagesse

Nous aimerions tous être sages mais la sagesse semble loin de nous. Pourtant, de nombreuses personnes ont atteint une grande sagesse dans le passé et il doit donc y avoir un chemin qui y mène. C'est effectivement le cas. Comme pour tout ce qui a de la valeur, il faut une bonne pédagogie et du temps. Une bonne pédagogie signifie simplement un processus pas à pas qui nous mène de l'endroit où nous nous trouvons à la fin souhaitée. Le facteur temps signifie simplement le temps nécessaire à la transformation. (Oui, cela prend du temps.)

Swami Vivekananda a dit :

“ L'enseignement du Vedanta est que vous êtes tous des prophètes et que vous devez tous être des prophètes. » ”

En d'autres termes, nous avons tous la capacité de sagesse et nous pouvons la développer, nous devons même la développer. Mais comment ?

C'est le sujet de ce séminaire. Il ne s'agit pas d'apprendre la philosophie ou une formation intellectuelle, car il y a une grande différence entre la connaissance et la sagesse. Il y a eu des femmes et des hommes d'une grande sagesse qui n'avaient que peu d'éducation. Pourtant, aucun d'entre eux n'était ignorant, car ils savaient tous ce qui était important. Ce que nous allons apprendre, ce sont les cinq piliers de la sagesse, qui sont :

- La connaissance
- La personnalité
- L'intégration émotionnelle
- La pratique
- Le comportement

Comme pour tous les séminaires de ce cycle, l'accent est mis sur la pratique. Rejoignez-nous et ouvrez la porte de la sagesse. Oui, vous devrez toujours effectuer le travail, mais vous aurez au moins la clé de la porte, avec les indications nécessaires pour trouver votre chemin intérieur.



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 : 23-29/10/2023 • 19-25/02/2024 / 15-21/04/2024

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

APPRENDRE LE SANSKRIT

Yves Baudron

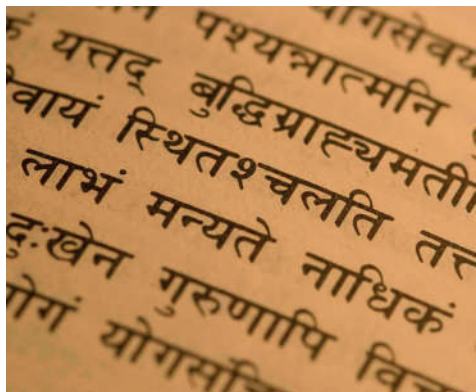
Les enseignements de Râmakrishna et de Vivekananda sont un appel à la créativité : un de leurs buts vise à développer toutes les potentialités de l'humanité. La science, l'art, la technique, comme aussi bien les tâches quotidiennes, tout doit être éveillé par ce souffle de l'esprit, en chacun de nous, 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.

Cette langue est une véritable cure de jeunesse pour les facultés intellectuelles. Son étude implique 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 ?

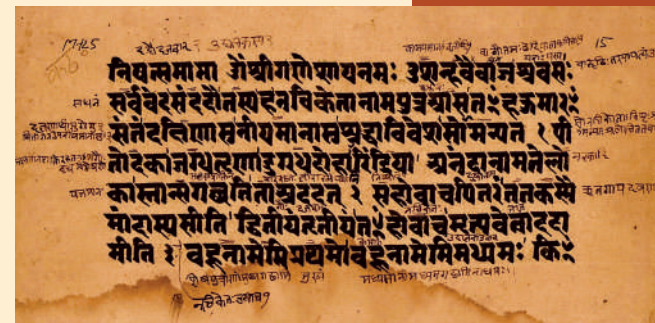
Il est souvent demandé : « le sanskrit est bien une langue morte, n'est-ce pas ? ». La réponse est non. En tout cas pas dans le sens où nous l'entendons pour le grec ancien et le latin. Jusqu'en 1850 environ, l'essentiel des recherches humaines, en Inde, dans quelque secteur d'activité que ce soit, était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



L'originalité de cette formation 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 Upanishad, 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 quinze 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 : 14-16/09/2023 • 23-25/11/2023 • 18-20/01/2024 • 28-30/03/2024 • 06-08/06/2024

Tarifs : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

CYCLE LE VOYAGE DE LA MORT

3 formations avec Swami Atmarupananda et Géraldine Farion - Janaki

• Séminaire 1 du 29 novembre au 1er décembre 2023 : Découvrir la mort

Durant ce cycle de trois séminaires, nous allons tenter d'assimiler ce qu'est la mort, d'éclaircir qui meurt, d'entrer en amour elle, de se rencontrer soi avec soi sur ce sujet, puis de nous préparer à accompagner un proche vers le passage, tenter de se donner les moyens de l'accompagner le moment venu puis d'envisager l'absence, le deuil. Ces trois séminaires s'appliqueront avant tout à respecter la personne qui va mourir et à apprendre à ne pas projeter nos croyances, nos souhaits.

Nous découvrirons que la mort fait partie du processus de la vie, qu'elle est un passage comme le bébé s'engage dans le bassin à la naissance. Au moment de notre mort nous passerons un bassin pour une nouvelle naissance qu'elle soit à nouveau humaine ou absolument céleste.

1 • *Découvrir la mort*

Nous sommes humains mais aussi beaucoup plus que cela et c'est par cette voie que nous pourrions discerner qui meurt et qui ne meurt pas, pour rencontrer la paix dans le processus de la mort.

Dans ce premier séminaire nous aborderons :

- Qu'est-ce que mourir ? Assimiler notre propre mortalité, celle de l'autre.
- Qui meurt ? Le corps, le Soi ? Qui sont-ils ?
- Embrasser la mort avec amour. Entrer en amour avec la mort, l'assimiler. Nous aborderons les nœuds du cœur (hridaya granthi) : ignorance, désir et action égoïste. De ces trois nœuds naissent toutes les actions, qui font que nous sommes obligés de renaître pour en récolter les résultats ! Et donc de mourir encore et encore ! Libérer ces nœuds, c'est rencontrer la capacité à se fondre dans Brahman. Katha Upaniṣad : « Lorsque ici-bas tous les nœuds du cœur sont déliés, le mortel devient libre. »

Afin d'expérimenter les enseignements et la réflexion sur cette découverte de la mort, plusieurs pratiques seront proposées. Honorer nos ancêtres mais aussi rencontrer quelle partie de moi dois-je laisser mourir ? Savoir se parler dans sa profondeur, sans violence, établir le silence de l'écoute et bien d'autres approches concrètes.

• Séminaire 2 du 20 au 22 mars 2024 : Chant d'amour, chant de mort - Se préparer à accompagner un proche dans le passage

Dans ce second séminaire nous allons nous préparer à accompagner un mourant à sa demande. Pour cela il nous faudra laisser mourir le moi pour naître à Soi, rencontrer la force de cœur de se mettre totalement au service de cette personne dans l'accompagnement.

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 complètement partagé avec celui qui va mourir, nous voilà confrontés à nos peurs et à celles de celui qui va mourir. Il sera donc essentiel pour pouvoir l'accompagner, d'être nous-même le plus au clair avec la mort afin de ne pas projeter nos peurs, nos souhaits, nos croyances sur celui que nous accompagnerons.

Dans ce second séminaire nous aborderons :

- De la peur vers l'Amour et la paix : savoir nous situer sur la ligne de vie, méditer sur elle, se sentir capable d'organiser notre service funéraire et expérimenter que tout ceci n'est qu'illusion et plonger dans l'océan d'amour pur.
- Le temps du mourir : parce que la mort doit être la plus douce possible pour le psycho-physique, il est important d'intégrer au préalable cinq étapes que nous découvrirons ensemble pour entrer plus paisiblement dans la mort. Ce cheminement nous permettra de nous préparer à notre propre mort, à celles de nos proches et à leur accompagnement. Parce qu'accompagner c'est accepter de laisser partir, nous expérimenterons notre capacité à laisser-partir.
- Mourir à moi pour Naître à Soi : enfin, éclairés par cette Lumière de l'Infini, nous nous laisserons guider par elle pour vivre notre mort : mourir à moi pour naître à Soi. Ce rituel sera célébré par Swami Atmarupananda autour d'un Feu Homa.

• **Séminaire 3** du 1^{er} au 3 mai 2024 : **Accompagner un proche vers son passage et nous vers l'après**

Ce 3ème 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 expérimenterons 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...

Intervenants : Swami Atmarupananda, Géraldine Farion - Janaki

Dates : 29/11/2023-01/12/2023 • 20-22/03/2024 • 01-03/05/2024

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

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.

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

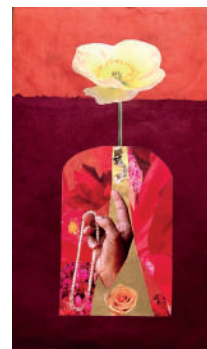
Que le bétail nous donne le bonheur.

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.



Annick Torres – Akhila

LA BHAGAVAD GĪTĀ ET LES UPANIṢAD AUJOURD'HUI

Des guides éternels et actuels pour le développement spirituel

Jacques Bancelin - Yogīndra

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, Yogīndra 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.

• Séminaire 1 des 9 et 10 décembre 2023 : La voie de la Méditation

Le chapitre 6 de la Bhagavad Gītā et d'autres textes tirés des upaniṣad.

La méditation est la base essentielle du progrès personnel grâce à :

- vairāgya, le renoncement aux fruits de l'action,
- saṁyama, la maîtrise du mental,
- tapas, l'effort tout en restant l'ami de soi-même,
- l'approche de l'état de yogin.

• Séminaire 2 des 23 et 24 mars 2024 : La voie de l'Amour

Les chapitres 12 et 15 de la Bhagavad Gītā et d'autres textes comme le Bhakti sūtra de Nārada.

Devenons meilleurs en suivant la voie de la bhakti, l'amour divin, par :

- saṁnyāsa, l'abandon de toutes les actions égoïstes,
- le développement de śraddhā, la foi,
- l'abandon des dvandva, paires d'opposés et de ahaṁkāra, l'ego,
- l'approche du puruṣa, le Soi suprême.

• Séminaire 3 des 8 et 9 juin 2024 : 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 banyan, les abeilles, les rivières, le sel, etc...
- Brahmayidyā, 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.

Intervenant : Jacques Bancelin - Yogīndra

Dates : 09-10/12/2023 • 23-24/03/2024 • 08-09/06/2024

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires



Jacques Bancelin - Yogīndra

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. Il a suivi l'enseignement d'Arnaud Desjardins à son ashram de Hauteville. Puis, après quelques voyages en Inde, c'est finalement au Centre védantique Rāmakrishna 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. Maintenant, c'est dans le cadre de l'Université de l'Homme, qu'il s'attache avec passion à transmettre ce qu'il a reçu en animant des pratiques de yoga védique, des séminaires, des initiations au sanskrit par les mantras, des conférences...

ASTROLOGIE VÉDIQUE

Michaël Lebœuf - Varuna

- **Séminaire** des samedi 11 et dimanche 12 novembre 2023 : Que nous réserve l'année 2024 ?

Nous observerons dans un premier temps les transits des planètes Mars, Jupiter, Saturne, Rahu et Ketu pour déterminer les signes qui accumulent l'effet des planètes bénéfiques et des planètes maléfiques en 2024. Puis chacun regardera dans son thème de naissance, les domaines de vie concernés par ces transits.

Dans un second temps, nous étudierons les planètes impliquées en 2024 dans le système de période planétaire Vimshottari Dasa, qui nous renseigne sur ce que nous vivons au cours de l'année. Cette étude sera réalisée dans le rashi, thème de naissance et dans les vargas, cartes divisionnaires du couple, de la famille, de la profession et de la santé.

L'astrologie védique (indienne) est issue des Védas. Ces textes sacrés, multimillénaires, ont été transmis à l'humanité par les grands sages, appelés Rishis, qui avaient la vision de la Réalité ultime. L'astrologie avait pour but de déterminer les dates les plus auspicieuses pour la conduite et la réussite des yajnas, les plus importants rituels au feu sacré réalisés pour le bien-être de l'humanité entière.

En Inde, l'astrologue ou jyotish est consulté régulièrement ; il apporte la lumière, jyotish, sur les différentes situations que chacun peut rencontrer.

Tout en constituant un outil de prédiction remarquable, l'astrologie indienne est avant tout une science qui relie l'être humain au cosmos et au rythme de la nature.

Ce séminaire s'adresse à tous, y compris aux débutants en astrologie.



- **Séminaire** des 16 et 17 mars 2024 : Astrologie védique - séminaire de méthodologie - Comment interpréter la position d'une planète ?

Nous découvrirons une technique simple et efficace pour interpréter l'effet d'une planète dans la carte de naissance.

Les notions suivantes seront abordées :

- définition de la nature naturelle bénéfique ou maléfique,
- définition de la nature accidentelle bénéfique ou maléfique,
- la dignité, c'est-à-dire, l'état favorable ou défavorable de la planète dans le zodiaque,
- l'effet de la planète sur les maisons, les différents domaines de vie,
- l'effet des maisons sur les planètes,
- l'effet de la planète qui précède l'astre étudié,
- l'effet des planètes qui aspectent l'astre étudié,
- l'effet de l'astre étudié sur la planète qui le suit.

L'enseignement théorique sera accompagné de nombreux exercices pratiques.

L'astrologie védique (indienne) est issue des Védas. Ces textes sacrés, multimillénaires, ont été transmis à l'humanité par les grands sages, appelés Rishis, qui avaient la vision de la Réalité ultime. L'astrologie avait pour but de déterminer les dates les plus auspicieuses pour la conduite et la réussite des yajnas, les plus importants rituels au feu sacré réalisés pour le bien-être de l'humanité entière.

En Inde, l'astrologue ou jyotish est consulté régulièrement.

Tout en constituant un outil de prédiction remarquable, l'astrologie indienne est avant tout une science qui relie l'être humain au cosmos et au rythme de la nature.

Ce séminaire s'adresse à tous, y compris aux débutants en astrologie.



• Séminaire des 1 et 2 juin 2024 : Jyotisa, astrologie védique et yoga védique - Rencontre entre deux sciences

Ce séminaire est une expérimentation de la rencontre entre deux sciences védiques. Nous étudierons dans le détail le Shad Bala, calcul des forces planétaires selon six critères, dans le thème de naissance des participants pour explorer ensuite les postures du yoga en parallèle avec les énergies planétaires. L'étude astrologique inclura la pratique de récitation de bīja mantra, mantra racine, en lien avec les planètes.

Ce séminaire s'adresse à tous, y compris aux débutants en astrologie.

Intervenants : Michaël Lebœuf - Varuna • Jacques Bancelin - Yogîndra

Dates : 11-12/11/2023 • 16-17/03/2024 • 01-02/06/2024

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires



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.

Jacques Bancelin - Yogîndra Voir biographie page 43

CORPS

AYURVEDA soins et techniques de base

Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Une série de 10 week-ends sont proposés.

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'ayurveda 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 ayurveda.

Intervenants : Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Dates : 07-08/10/2023 • 28-29/10/2023 • 18-19/11/2023 • 09-10/12/2023 • 27-28/01/2024 • 17-18/02/2024 • 09-10/03/2024 • 27-28/04/2024 • 25-26/05/2024 • 15-16/06/2024

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

Vaidya Rajalakshmi Chellappan

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 Vaidyas 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.



LES PRINCIPES AYURVÉDIQUES ET LEUR APPLICATION AU QUOTIDIEN

Niveau 2

Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Ouvert aux personnes ayant déjà les connaissances de ce qui est étudié dans le niveau 1.

- Soins et recettes à base de plantes (disponibles en France)
- Anatomie ayurvédique et différents doshas
- Vibrations positives avec musique traditionnelle, mantra, mudra
- Renforcer son système immunitaire avec le principe ayurvédique
- Conseils ayurvédiques pour soulager stress, angoisse, dépression
- Améliorer agni, feu digestif, détox, élimination des déchets
- Combattre les conditions de déséquilibre, poumon, nez, gorge, etc.
- Renforcer le système circulatoire et cœur
- Contribuer à équilibrer les hormones et maintenir le système féminin, ménopause, etc.
- Peau, beauté, préparation des soins cosmétiques : soins et compléments pour la beauté
- Point de vue et solutions sur migraine, insomnie, trouble de sommeil
- Recommandations ayurvédiques
- Prakriti, saisons et températures : constitution fondamentale, régime pour les saisons, maintien des variations des températures.

Intervenante : Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Dates : 30/09-01/10/2023 • 21-22/10/2023 • 11-12/11/2023 • 02-03/12/2023 • 20-21/01/2024 • 10-11/02/2024 • 02-03/03/2024 • 20-21/04/2024 • 18-19/05/2024 • 08-09/06/2024

Inscription sur demande par mail : contact@centre-vedantique.fr

YOGA NIDRA VÉDIQUE

Swami Atmarupananda et Martine Texier - Paramesvari

La conception du yoga commence au temps védique. Les rishi ou scientifiques spirituels étaient unifiés avec la Nature. Ils ont réalisé la Réalité, l'Infini, par expérience directe.

Le yoga nidra védique puise ses sources dans les anciens textes traditionnels de l'Inde, Veda, Upanishad, etc. Il est universel, il s'adresse à tout être humain en quête de sa vraie nature.

Une pratique régulière du yoga nidra védique permet une profonde transformation de toute la personnalité, grâce à l'élévation de conscience qui s'installe dès le début de la pratique, lors de la concentration sur la pure conscience (dharana). Dans cet état vibratoire élevé, la rotation de conscience avec des mantras puissants, ainsi que le pranayama, permettent une purification des différentes enveloppes de l'être, physique, énergétique, psychique conscient et même inconscient.



Cette purification, selon son intensité, s'accompagne d'une réduction plus ou moins importante des impressions du passé (samskara).

Dans la visualisation finale, la lumière de l'Infini, de la pure conscience se décline à travers ses différentes colorations, pour que les qualités de l'être se dévoilent et s'épanouissent : la paix, l'harmonie, l'amour pur, la joie et la félicité vont trouver peu à peu un chemin et vont se libérer depuis la profondeur vers la splendeur de notre vraie nature, la réalisation du soi.

La pratique du yoga nidra védique se structure autour de cinq parties distinctes :

- | | |
|--|--|
| I • L'invocation ou prière | III • La rotation de conscience avec des mantras |
| II • Le dharana ou connexion à l'infini ou pure conscience | IV • Le pranayama sur les cinq prana |
| | V • La visualisation |

I • L'invocation : la purification

Le corps, le psycho-physique et les organes des sens sont harmonisés et fortifiés par un processus de purification. C'est pourquoi, avant de commencer le yoga nidra, il est proposé une purification par une invocation, une prière védique comme : « Puisse mon âme ou le soi être purifié par la lumière du Suprême. Que je demeure dans la lumière du Suprême. »

Cette prière védique, au début du yoga nidra, va inspirer la pratique. Le choix de la prière peut se faire, ou non, en lien avec le thème développé dans les visualisations.

II • Le dharana ou la concentration sur l'Infini

Le mot dharana ou concentration évoque la force qui soutient en arrière-plan, c'est-à-dire la pure conscience. Le dharana est une visualisation courte, les organes des sens se tournent vers l'intérieur, la conscience rejoint la profondeur de l'être et se pose dans l'espace sacré du cœur spirituel. Il s'agit de quitter le monde de la manifestation pour rejoindre, dans un mouvement d'expansion de conscience, l'Infini ou la pure conscience. La pratique de la concentration peut se faire sur la lumière intérieure, en visualisant par exemple le soleil se levant, plein de luminosité et de beauté infinie ou sur le lotus de notre cœur... Nous pouvons sentir que chaque cellule et molécule de notre corps est l'expression de cette luminosité. Cette lumière, c'est la lumière du Soi.

Dans le yoga nidra, les organes des sens ne sont plus actifs et donc ne dispersent plus la conscience en de multiples directions, si bien que le mental se pose et devient calme.

C'est ainsi que nous intensifions petit à petit l'état de pure conscience.

III • La rotation de conscience avec les mantras

Après l'élévation de conscience par la concentration ou dharana commence la rotation de conscience avec les mantras. Il s'agit de faire vibrer chaque partie du corps par des mantras comme « OM AÏM OM ». Petit à petit la vibration du mantra transforme le corps en conscience-énergie. Tout le corps se purifie grâce à l'élévation du taux vibratoire intérieur. Cette élévation de conscience permet d'être connecté au niveau vibratoire de la pure conscience.

IV • Pranayama sur les cinq pranas

C'est le prana cosmique qui vient animer les différents mouvements de pranas intérieurs. Prana est le mouvement de l'énergie vers notre intérieur.

Apana est le mouvement de l'énergie vers le bas.

Samana est le mouvement de l'énergie qui équilibre les énergies en nous.

Udana est le mouvement de l'énergie vers le haut.

Vyana est le mouvement de l'énergie du centre vers la périphérie.

La purification du corps s'effectue en ressentant que chacun des mouvements de ces cinq prana est alimenté par l'harmonie de la pure énergie.

Ces cinq prana sont souvent présentés, dans les ouvrages de yoga, en lien avec les fonctions physiologiques. Prana est alors lié à la fonction respiratoire, apana aux fonctions d'élimination, samana à la fonction digestive, udana à l'énergie d'expression, vyana à l'énergie de base toujours présente en nous.

Dans le yoga nidra védique, le corps étant endormi, ces prana sont vécus à l'octave supérieure de ces fonctions. Une fois les différents niveaux de purification terminés, nous pouvons accueillir la dernière phase : la visualisation.

V • La visualisation

Dans la visualisation qui est expansion de conscience, nous développons la capacité d'être connectés avec l'Infini ou la pure conscience.

La visualisation propose de faire l'expérience des sept qualités de l'Infini (harmonie d'énergie pure, luminosité, beauté, amour pur, intelligence, connaissance, félicité), par des chemins très variés et d'une richesse inépuisable, le yoga nidra védique prenant alors pour thème, l'ambiance lunaire, le nectar d'immortalité, le soleil cosmique...

D'autres thèmes proposés sont tirés de textes védiques comme les Upanishad ou la Bhagavad Gita.

L'expérience du yoga nidra védique permet d'explorer des états de pure conscience et conduit à une profonde transformation.

Le facteur primordial du yoga nidra védique est d'unir l'âme individuelle à la réalité cosmique dont elle est une partie. Sa finalité est donc, non seulement d'isoler l'âme de son enchevêtrement avec la Nature, mais aussi d'intégrer l'individu à la réalité cosmique.

L'ego a construit, dans le conscient, des compartiments qui nous coupent du courant de la vie universelle. Chaque individu vit dans un monde qui lui est propre. Et presque tous les problèmes de la vie viennent du fait que le monde privé individuel ne correspond pas aux dures réalités du monde extérieur.

La vie est remplie d'incertitudes. Est-il possible de vivre sans conflits, sans les problèmes de la vie quotidienne ? Oui, c'est possible en élevant notre conscience. C'est dans cet état élevé que toutes les contradictions de la vie s'harmonisent, que la vie individuelle est intégrée à la vie universelle. La paix et la joie suprêmes et éternelles ne peuvent être atteintes que par la pratique de la méditation, du yoga nidra et des disciplines spirituelles.

Intervenants : Swami Atmarupananda et Martine Texier - Paramesvari

Dates : du 15 au 21/07/2024

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires



APPROFONDISSEMENT DU YOGA VÉDIQUE

Comment les pratiques du yoga peuvent-elle nous libérer des obstacles (5 klesha) et des limitations (5 kancuka) pour atteindre la libération.

Dr. Lise Queguiner et Serge Lelandais - Bhaktaraj

L'enseignement du yoga par les yoga sutra de Patanjali nous enseigne que l'homme rencontre 5 obstacles (klesha) sur le chemin de la réalisation.

L'enseignement Tantra du Shivaïsme du Cachemire dans le Vijnānabhairava nous enseigne que l'homme est limité par 5 cuirasses (kancuka) qui l'entravent sur le chemin de l'accomplissement.

Notre séminaire nous révélera les moyens de lever ces obstacles et ces limitations offrant ainsi l'accès direct et spontané à l'intégrité et intimité de l'Être en Soi.

Intervenants : Dr. Lise Queguiner et Serge Lelandais - Bhaktaraj

Dates : 22-28/07/2024

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

Serge Lelandais - 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.

YOGA MATERNITÉ NAISSANCE

Swami Atmarupananda, Martine Texier et Dr Dominique Leyronnas

Le yoga, en reliant les parents à leur être profond, permet une relation au bébé dans cette profondeur, de cœur à cœur pour accueillir cette âme qui vient de l'Infini : dimension sacrée de la Vie.

La relation parents-enfant se tisse dans la plénitude de l'être, l'harmonie et la paix, avec une expérience unique d'amour pur qui ouvre l'enfant à la joie d'être. Dans la pratique de ce yoga prénatal, le chemin se fait pour chacune, à travers un jeu de postures et d'exercices bien adaptés :

- à la découverte de son corps de grossesse : bassin, périnée, colonne vertébrale, abdominaux ;
- à la découverte de son nouveau rayonnement d'énergie ;
- à la découverte d'un art de vivre la grossesse et la naissance, en conscience et dans la joie.

La formation « Yoga Maternité Naissance » propose sur deux ans, une profonde transformation qui permet de découvrir en soi les trésors de l'être et de les rayonner ensuite dans l'enseignement pour accompagner les femmes enceintes et les couples. Elle permet aussi de rayonner la Lumière de l'Infini autour de soi dans sa vie, pour construire ensemble un monde nouveau sur les bases des valeurs éternelles.

La formation se déroule sur deux ans avec 5 week-ends et une semaine de stage par an, soit au total, pour obtenir le diplôme : 10 week-ends et 2 semaines de stage en juillet.

Les participants reçoivent des documents sur les pratiques et enseignements de chaque demi-journée durant le week-end.

La formation s'adresse aux enseignants de yoga, aux sage-femmes, à toute personne qui travaille autour de la maternité/paternité, et qui souhaite obtenir le diplôme Yoga Maternité Naissance.



Les femmes enceintes, les couples qui préparent la venue d'un enfant et toute personne intéressée par l'enseignement Yoga Maternité de façon personnelle, peuvent suivre l'enseignement d'un à plusieurs week-ends ou stage d'une semaine au choix, indépendamment de la formation.

Yoga Maternité / Paternité

Les exercices de cette méthode sont si riches, que les papas sont encouragés à les pratiquer eux aussi, pour cultiver leur présence subtile au bébé et à leur compagne dans un plein épanouissement. Durant ces neuf mois d'accompagnement durant la grossesse, ils sont invités à vivre leur rôle. S'ils veulent être pleinement présents au bébé et à la maman durant ce temps de grâce de la grossesse mais aussi le jour de la naissance, ils ont besoin du yoga pour se mettre au diapason. Le yoga qui leur est proposé, en même temps qu'à leur compagne, les conduira à cet art de vivre dont la famille et la société ont un si grand besoin. Dans les week-ends et stages, les couples sont invités et pas seulement les mamans !

Certificat :

Pour obtenir le certificat Yoga Maternité Naissance, il est demandé d'avoir suivi les 10 week-ends et les 2 stages d'une semaine. Un examen clôture la formation :

- Un examen pratique : Construction d'une séance de Yoga maternité et son enseignement devant le groupe ;
- Un examen théorique : Questions sur le programme des 2 ans ;
- L'écriture d'un mémoire d'une trentaine de pages à soutenir devant le groupe.

Yoga Maternité Naissance et les synthèses

- 7-8 octobre 2023 **Synthèse Respiration**
Respiration naturelle, abdominale, respiration complète, respiration de la vague et les mouvements d'énergie. Les 2 diaphragmes. Gestion de la douleur par le souffle et les mantras.
- 2-3 décembre 2023 **Synthèse Énergie**
Les différentes formes d'énergies et de mouvements. Les polarités et les centres d'énergie ou chakras. L'énergie de la grossesse et de la naissance. L'énergie des sons et mantras.
- 16-17 mars 2024 **Synthèse Mouvement de l'Infini**
Le lemniscate ou mouvement de l'infini structure le corps. Différents modes d'utilisation et d'application du lemniscate pendant la grossesse et pendant la naissance.
- 4-5 mai 2024 **Synthèse Douleur-intensité**
Pour une naissance naturelle, rester dans le mouvement et la verticalité, laisser faire la Nature, calmer le mental, de la douleur à l'intensité, gérer l'intensité. Ouverture du col de l'utérus.
- 1-2 juin 2024 **Synthèse Connaissance de Soi**
Vision du monde et de soi influence le vécu. La Nature met au monde le bébé en harmonie avec le rythme cosmique. Les plans de l'être. Cultiver le bien-être et la détente.
- 1-6 juillet 2024 **Stage d'été Yoga Maternité Naissance et les cinq pranas**

Intervenants : Swami Atmarupananda, Martine Texier et Dr Dominique Leyronnas

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

ART

SE LAISSER LIRE ET METTRE EN MOUVEMENT PAR UN TEXTE Explorations corporelles et vocales autour de textes spirituels du monde.

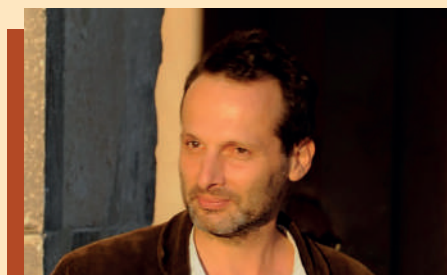
Fabrice Nicot

La première partie du séminaire sera consacrée à l'exploration des bases rythmiques et phonétiques de textes issus de diverses spiritualités ainsi qu'à l'apprentissage de chants vibratoires du monde.

La seconde partie consistera en un entraînement physique et vocal libérant le stagiaire de ses tensions tout en le renforçant. Il explorera sa présence simple dans l'espace, se tenant dans un corps physique énergétique, écoutant et regardant. Il atteindra l'équilibre entre une position ancrée en lui-même et entièrement ouverte sur l'extérieur.

En totale disponibilité, le stagiaire pourra alors offrir son attention, son corps et sa présence à l'espace, aux partenaires et aux matériaux artistiques qui le « traverseront ». Selon les termes de Jerzy Grotowski (metteur en scène et pédagogue polonais), le texte « lira » le stagiaire, le chant « le chantera », la danse « le dansera ».

Une action « organique » collective se développera composée de textes, de chants vibratoires et de mouvements.



Fabrice Nicot

Fabrice Nicot est professeur d'art dramatique au Cours Florent, en conservatoires, enseignant universitaire et metteur en scène associé à l'Institut Grotowski de Wrocław (Pologne).

Spécialiste des arts et rituels, il a fondé et dirigé, entre autres, l'Académie et le Festival

des Arts Sacrés Andreï Tarkovski en coopération avec l'Institut International Andreï Tarkovski et Andreï A. Tarkovski.

D'autres intervenants spécialistes des « arts de la transformation » seront susceptibles d'intervenir.

Intervenant : Fabrice Nicot

Dates : Pour connaître les dates des formations, merci de consulter notre site : www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

VIVRE LE YOGA PAR LA DANSE

Julie Oosthoek - Radha, professeure de yoga - danse

L'expression artistique elle-même est une manifestation de l'Infini. La danse peut être considérée comme un yoga, une pratique « physico-psycho-spirituelle » qui touche notre être tout entier, dans toutes ses dimensions.

Elle est l'expression de notre essence profonde et exprime le vivant qui danse en nous...

La danse qui vous est proposée, inspirée de ma pratique de la danse contemporaine est une danse expérientielle (reconnaître l'expérience/ le moment comme unique à travers sa perception), intégrative (intégrer tous les aspects de son être et l'environnement) et unitive (conscience d'une énergie commune partagée et de la présence de l'Invisible).

Durant ces séminaires, des formes libres et improvisées guideront nos pas, mais aussi des enchaînements chorégraphiques accessibles, des mises en espace, des créations personnelles. À travers diverses situations, seul(e) ou en groupe, nous installerons un dialogue fin avec nous-même et les autres en renforçant la confiance individuelle et collective. Nous développerons notre intelligence corporelle et notre poésie personnelle en accordant une grande place au collectif, au « chœur- cœur » qui nous unit.

En nous basant sur l'écoute et le sensible, en mettant l'attention sur ce qui nous relie à l'autre mais aussi à l'espace, aux forces de gravité, au temps, à l'instant, nous nous relions à l'invisible, à la vie même. La danse comme expression de la vie, du sacré, une façon d'honorer le divin en vivant ces instants de danse comme une offrande.

Au cœur de ces manifestations, la conscience et l'intention sont la source de l'autonomie et la créativité réelle.

L'art, la danse : Une façon de se libérer, de s'élever.

Avec le soutien du silence et de musiques variées, méditatives, dévotionnelles et inspirantes, je vous accompagne vers une expression dansée connectée, créative et inspirée.

Accessibles à tous, ce séminaire s'adresse à toute personne curieuse ou ouverte à de nouvelles expériences.



• Séminaire 1 du 1er au 3 mars 2024 : Du Cœur au Chœur

Explorer le mouvement au cœur de nous-même et révéler son expressivité (impulsions intérieures, respiration, nos différents centres, la colonne vertébrale).

Dévoiler notre cœur/âme à travers notre présence et notre regard car « les yeux sont le reflet de l'âme » (mise en situation pour vivre et expérimenter sa présence dans l'espace, sa sincérité d'être, sa fragilité et son intensité).

Faire l'expérience du groupe- chœur, de l'unité, de l'unisson, être ensemble et en relation aux autres de différentes façons.

• Séminaire 2 du 18 au 20 mai 2024 : Une danse comme offrande

Révéler sa façon de bouger en ouvrant nos cœurs et nos imaginaires, plonger dans des états de corps particuliers inspirés de différentes thématiques (espace, temps, éléments, qualités divines) afin de développer un langage sensible, riche et singulier.

S'accepter, s'abandonner, se dévoiler : entre l'intimité et la générosité, apprendre à Partager/ Offrir son expérience à l'autre sans jugement et en toute simplicité et sincérité.

Danser en dirigeant notre intention vers l'Infini.

Développer une danse qui soit une forme de prière.

Intervenant : Julie Oosthoek - Radha

Dates : 01-03/03/2024 - 18-20/05/2024

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

Julie Oosthoek - Radha

« Je suis Radha, je fréquente le Centre védantique Ramakrishna de Gretz depuis plusieurs années et j'anime depuis 3 ans des émissions sur « Radio Gandharva Gana ».

En dehors du centre, j'enseigne la danse contemporaine et l'improvisation au Conservatoire de Bordeaux, ainsi que le yoga dans diverses structures.

Passionnée par la recherche et la pédagogie autour de l'être et du corps, je vois ces deux pratiques comme des sources de bien-être, de créativité et de développement de soi. Mais aussi comme de véritables chemins spirituels.

Très intéressée par les démarches holistiques et la santé au naturel, je suis également conseillère agréée en fleurs de Bach et formée dans différentes approches de l'aromathérapie. »



YOGA DU CHANT initiation au yoga du chant pour tous Florian Westphal - Viveka

Ces journées sont constituées d'un enseignement de technique vocale, abordée à la façon d'un yoga. Il s'agit d'éveiller une intuition juste des rapports entre la voix, le corps et l'espace. A partir de cette dernière, nous essayerons de vivre ensemble cette forme de spiritualité spécifique au chant des mantras.

Ces trois week-ends d'initiation sont ouverts à tous sans conditions préalables de niveau musical, 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.

Intervenant : Dattatreya Velankar - Florian Westphal - Viveka

Dates : 25-26/11/2023 • 27-28/01/2024 • 27-28/04/2024

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

YOGA DU CHANT journée Choeur du CVR (Niveau 4)

Florian Westphal - Viveka

Intervenant : Dattatreya Velankar - Florian Westphal - Viveka

Dates : 30/09/2023 • 20/01/2024 • 10/02/2024 • 9/03/2024

Horaires : 10h30 - 21h30

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

YOGA DU CHANT initiation au yoga du chant pour chanteurs et musiciens professionnels

Florian Westphal - Viveka

Intervenant : Dattatreya Velankar - Florian Westphal - Viveka

Dates : 30/09/2023 • 20/01/2024 • 10/02/2024 • 9/03/2024

Horaires : 9h - 10h30

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

YOGA DU CHANT initiation à la musique indienne - ragas et tablas Dattatreya Velankar - Animé par Florian Westphal - Viveka

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.

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

Dates : 23-29/10/2023

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

Exclusivement réservé au groupe de niveau 3.

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

Dattatreya Velankar est né dans une famille de Keertankars. Son père, Lakshmandas Velankar, est un Harikatha Vidwan renommé, acclamé pour sa contribution à l'art de présenter Harikatha.

Inspiré par ses parents, Dattatreya a commencé à pratiquer l'Harikatha dès son plus jeune âge sous la tutelle du célèbre artiste Sant Bhadrage Achyutadasji. Il a également reçu les encouragements de Swami Jitakamanandaji au Ramakrishna Balakashrama, à Mangalore, où il a suivi sa scolarité. Sur les conseils d'Achyutadasji, Dattatreya a suivi les conseils de l'éminent vocaliste classique Hindustani Vinayak Torvi, dont il reçoit le talem depuis 1993. Il sera accompagné de Yogeesh Bhat, musicien indoustani (violon et tabla).



Yogeesh Bhat

Yogeesh Bhat est un percussionniste classique indien spécialisé dans le tabla. Il est reconnu comme l'un des meilleurs artistes de tabla de la jeune génération indienne, réputé pour ses accompagnements de tabla sensibles et réfléchis, ainsi que pour ses interprétations en solo.

CORDES EN JOIE une initiation au violoncelle

Isabelle - Iswari

Venez vivre, venez découvrir, venez expérimenter la joie, les émotions inoubliables et inégalables au sein d'un ensemble de violoncelles. Vous accompagnerez des mélodies inspirantes d'une façon toute simple et adaptée.

Le cadre et l'harmonie du lieu sont exceptionnels, vous baignerez dans un océan de bonheur.

La musique a cette faculté de transcender toute limitation.



Le violoncelle met en cause l'humain dans sa totalité. Il développe l'équilibre, la vigilance, la mémoire, la précision, l'écoute intérieure. Jouer ensemble développe le partage et décuple les sensations de joie, le trac est ainsi transcendé, le courage et la force le remplace. Aucune connaissance musicale n'est requise.

Tout le matériel est fourni. Je suis dans l'attente de ces moments bénis avec vous.

Isabelle - Iswari

Isabelle Iswari est issue de 3 générations de musiciens et sa famille comporte une vingtaine de violoncellistes. Isabelle a passé plus de 30 années au sein de nombreux orchestres ou ensemble de chambre. L'ONL, l'orchestre de Douai et le Valenciana Orchestra en sont quelques exemples.

Diplômée d'État et titulaire, elle enseigne en conservatoire au niveau régional et en conservatoire de communautés de communes. Plus de 30 élèves de tous âges suivent sa pédagogie avec fidélité et confiance.



Intervenant : Isabelle - Iswari

Dates : du 18/07/2024 à 15h au 21/07/2024 à 16h

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

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'enfumoir, 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/tarifs : disponibles uniquement sur le site www.centre-vedantique.fr

- Rubrique Séminaires



APICULTURE

Yves Baudron - Eric Valette

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.

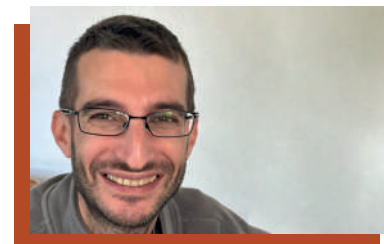
Dans le même temps, une prise de conscience croissante émerge afin de protéger les pollinisateurs, la diversité biologique et mieux respecter l'interdépendance de tous les acteurs du vivant : le monde végétal, le monde animal et l'homme partie intégrante de la nature.

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

Eric Valette

Après 20 ans d'expérience dans les métiers de l'informatique, Eric se tourne vers le développement personnel et l'apiculture.

Formé aux méthodes de l'apiculture conventionnelle, Eric s'intéresse aussi à l'apiculture « naturelle » pour enrichir la collaboration entre l'Abeille et l'Homme au travers des différentes approches. C'est avec une grande joie qu'il partage avec vous sa passion pour le monde des abeilles.



Intervenant : Yves Baudron et Eric Valette

Dates : 13/09/2023 • 22/11/2023 • 17/01/2024 • 27/03/2024 • 05/06/2024

Horaires : journée de 9h à 17h

Tarif : voir pages 67/68

Programme détaillé et inscription sur www.centre-vedantique.fr - Rubrique Séminaires

SÉMINAIRE

ATELIER ENNÉAGRAMME PLUS

Le vrai soi derrière le masque

Swami Purnananda

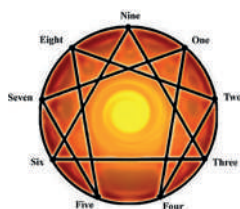
Un atelier destiné à celles et ceux qui ont déjà suivi un séminaire de 4 jours sur l'Ennéagramme et l'Essence de la vérité avec Swami Purnananda.

Le but de cette journée est de :

- Passer en revue les progrès accomplis dans la croissance
- Identifier les ajustements nécessaires
- Donner un aperçu plus profond et détaillé des niveaux psychologiques de progression et de régression
- Identifier votre sous-type.

Programme :

- Méditation
- Introduction
- Résumé du processus de libération (révision)
- Auto-évaluation
- Plan de croissance
- Explorer et identifier les niveaux et sous-types psychologiques
- Structurer son plan de croissance pour progresser.



Intervenant : Swami Purnananda

Dates : 04-05/11/2023

Ouvert aux personnes ayant suivi le cursus « L'ennéagramme et l'essence de la vérité »

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 Nihseyasananda, 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.



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 page 67/68. 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.

PENSION COMPLÈTE

inscription de soutien inscription de base inscription jeune (18-25)

EXTERNE

inscription de soutien inscription de base inscription jeune (18-25)

WE DÉCOUVERTE DE L'IPRYV p.31

- 16-17/09/2023

☐ 160€ ☐ 140€ ☐ 100€

VEDANTA, LA SCIENCE SACRÉE p.32

- 23-29/10/2023
- 19-25/02/2024
- 15-21/04/2024

☐ 560€ ☐ 490€ ☐ 350€ ☐ 280€ ☐ 245€ ☐ 175€
☐ 560€ ☐ 490€ ☐ 350€ ☐ 280€ ☐ 245€ ☐ 175€
☐ 560€ ☐ 490€ ☐ 350€ ☐ 280€ ☐ 245€ ☐ 175€

APPRENDRE LE SANSKRIT p.35

- 14-16/09/2023
- 23-25/11/2023
- 18-20/01/2024
- 28-30/03/2024
- 06-08/06/2024

☐ 240€ ☐ 210€ ☐ 150€ ☐ 120€ ☐ 105€ ☐ 75€
☐ 240€ ☐ 210€ ☐ 150€ ☐ 120€ ☐ 105€ ☐ 75€
☐ 240€ ☐ 210€ ☐ 150€ ☐ 120€ ☐ 105€ ☐ 75€
☐ 240€ ☐ 210€ ☐ 150€ ☐ 120€ ☐ 105€ ☐ 75€
☐ 240€ ☐ 210€ ☐ 150€ ☐ 120€ ☐ 105€ ☐ 75€

LE VOYAGE DE LA MORT p.38

- 29/11/2023 - 01/12/2023
- 20-22/03/2024
- 01-03/05/2024

☐ 240€ ☐ 210€ ☐ 150€ ☐ 120€ ☐ 105€ ☐ 75€
☐ 240€ ☐ 210€ ☐ 150€ ☐ 120€ ☐ 105€ ☐ 75€
☐ 240€ ☐ 210€ ☐ 150€ ☐ 120€ ☐ 105€ ☐ 75€

LA BHAGAVAD GITA ET LES

UPANISAD AUJOURD'HUI p.42

- 09-10/12/2023
- 23-24/03/2024
- 08-09/06/2024

☐ 160€ ☐ 140€ ☐ 100€ ☐ 80€ ☐ 70€ ☐ 50€
☐ 160€ ☐ 140€ ☐ 100€ ☐ 80€ ☐ 70€ ☐ 50€
☐ 160€ ☐ 140€ ☐ 100€ ☐ 80€ ☐ 70€ ☐ 50€

ASTROLOGIE VÉDIQUE p.44

- 11-12/11/2023
- 16-17/03/2024
- 01-02/06/2024

☐ 160€ ☐ 140€ ☐ 100€ ☐ 80€ ☐ 70€ ☐ 50€
☐ 160€ ☐ 140€ ☐ 100€ ☐ 80€ ☐ 70€ ☐ 50€
☐ 160€ ☐ 140€ ☐ 100€ ☐ 80€ ☐ 70€ ☐ 50€

AYURVEDA NIV 1 p.46

- 07-08/10/2023 • 17-18/02/2024
- 28-29/10/2023 • 09-10/03/2024
- 18-19/11/2023 • 27-28/04/2024
- 09-10/12/2023 • 25-26/05/2024
- 27-28/01/2024 • 15-16/06/2024

Je m'inscris pour les 10 week-end et je verse 50% d'arrhes soit un acompte de :
☐ 1050€ ☐ 950€ ☐ 750€ ☐ 650€ ☐ 600€ ☐ 500€

YOGA NIDRA VÉDIQUE p.48

- 15/07/2024 - 21/07/2024

☐ 560€ ☐ 490€ ☐ 350€ ☐ 280€ ☐ 245€ ☐ 175€

APPROFONDISSEMENT

DU YOGA VÉDIQUE p.52

- 20-21/01/2024
- 10-11/02/2024
- 02-03/03/2024
- 22-28/07/2024

☐ 560€ ☐ 490€ ☐ 350€ ☐ 280€ ☐ 245€ ☐ 175€
☐ 560€ ☐ 490€ ☐ 350€ ☐ 280€ ☐ 245€ ☐ 175€
☐ 560€ ☐ 490€ ☐ 350€ ☐ 280€ ☐ 245€ ☐ 175€
☐ 560€ ☐ 490€ ☐ 350€ ☐ 280€ ☐ 245€ ☐ 175€

	PENSION COMPLÈTE			EXTERNE		
	inscription de soutien	inscription de base	inscription jeune (18-25)	inscription de soutien	inscription de base	inscription jeune (18-25)
YOGA MATERNITÉ NAISSANCE p.53						
• 07-08/10/2023	160€	140€	100€	80€	70€	50€
• 02-03/12/2023	160€	140€	100€	80€	70€	50€
• 16-17/03/2024	160€	140€	100€	80€	70€	50€
• 04-05/05/2024	160€	140€	100€	80€	70€	50€
• 01-02/06/2024	160€	140€	100€	80€	70€	50€
• 01-06/07/2024	480€	420€	300€	240€	210€	150€
VIVRE LE YOGA PAR LA DANSE p.56						
• 01-03/03/2024	240€	210€	150€	120€	105€	75€
• 18-20/05-2024	240€	210€	150€	120€	105€	75€
YOGA DU CHANT - INITIATION						
AU YOGA DU CHANT POUR TOUS p.58						
• 25-26/11/2023	160€	140€	100€	80€	70€	50€
• 27-28/01/2024	160€	140€	100€	80€	70€	50€
• 27-28/04/2024	160€	140€	100€	80€	70€	50€
YOGA DU CHANT - JOURNÉE						
CHŒUR DU CVR p.58						
• 30/09/2023	(repas midi et soir inclus)			100€	90€	70€
• 20/01/2024	(repas midi et soir inclus)			100€	90€	70€
• 10/02/2024	(repas midi et soir inclus)			100€	90€	70€
• 09/03/2024	(repas midi et soir inclus)			100€	90€	70€
YOGA DU CHANT - POUR CHANTEURS						
ET MUSICIENS PROFESSIONNELS p.58						
• 30/09/2023				60€	50€	40€
• 20/01/2024				60€	50€	40€
• 10/02/2024				60€	50€	40€
• 09/03/2024				60€	50€	40€
YOGA DU CHANT - INITIATION						
À LA MUSIQUE INDIENNE p.59						
• 23-29/10/2023	560€	490€	350€	280€	245€	175€
CORDES EN JOIE p.60						
• 18-21/07/2024	240€	210€	150€	120€	105€	75€
APICULTURE p.63						
• 13/09/2023	80€	70€	50€	(repas midi inclus)		
• 22/11/2023	80€	70€	50€	(repas midi inclus)		
• 17/01/2024	80€	70€	50€	(repas midi inclus)		
• 27/03/2024	80€	70€	50€	(repas midi inclus)		
• 05/06/2024	80€	70€	50€	(repas midi inclus)		

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

21 septembre • 19 octobre • 23 novembre • 21 décembre 2023
25 janvier • 15 février • 21 mars • 11 avril • 23 mai • 20 juin 2024



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