



Centre védantique  
**Râmakrishna**

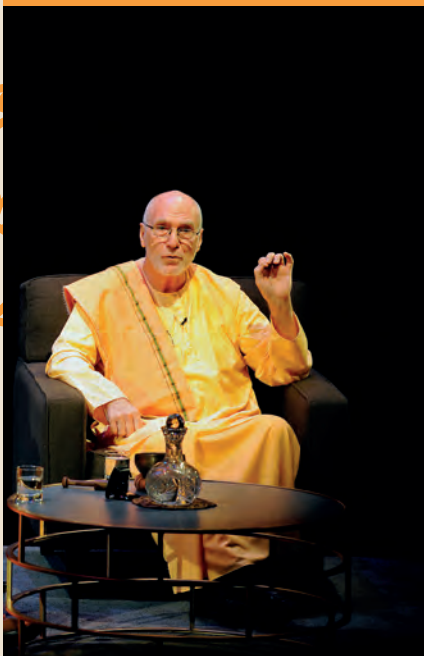


**ACTIVITÉS  
2025-2026**



**CVR**

# ÉDITORIAL



“ Chères amies, chers amis,

L'année écoulée a été marquée par des rencontres profondes, des échanges enrichissants et une aspiration collective à grandir spirituellement. Nous avons vu émerger de nouveaux projets, des collaborations inattendues et des engagements sincères qui renforcent notre mission. C'est avec cette énergie renouvelée que nous ouvrons la saison 2025-2026, portés par un élan de transmission et d'accomplissement.

Nos programmes, conçus pour accompagner chacun sur son chemin intérieur, poursuivent leur évolution : conférences, méditations guidées, formations, retraites silencieuses, rencontres interreligieuses, et bien d'autres événements rythmeront cette année. Nous avons aussi le plaisir d'introduire de nouvelles initiatives, dans la continuité de nos valeurs, afin de répondre aux aspirations profondes des chercheurs de vérité.

Le Centre védantique Râmakrishna continue d'être un espace de pratique, d'apprentissage et de transformation. Grâce à vous, à votre engagement et à votre soutien, nous avançons ensemble, en quête d'une meilleure compréhension de nous-même et du monde.

Cette saison est aussi une invitation à l'unité et à la fraternité : à travers le yoga, la philosophie védantique, l'ayurveda, la musique spirituelle, et les nombreuses disciplines qui nous rassemblent, nous poursuivons la vision d'un monde où chacun puisse exprimer sa nature divine et contribuer à l'harmonie universelle.

Nous vous accueillons à cœur ouvert pour cette nouvelle année d'exploration et de partage. Que ce cycle 2025-2026 soit une année d'éveil, de sérénité et d'inspiration pour tous.

*Avec toute notre gratitude et nos bénédictions.*”

**Swâmi Atmarupananda**

Président du Centre védantique Râmakrishna



Śrī Râmakrishna



# SOMMAIRE

## LES ACTIVITÉS

■ PRÉSENTATION DU CENTRE VÉDANTIQUE RÂMAKRISHNA	
HISTORIQUE .....	4
LA VIE AU CENTRE VÉDANTIQUE .....	5
WEEK-END TYPE DE SEPTEMBRE À JUIN .....	7
LA NOURRITURE AU CENTRE, LA GRANDE MAISON, LE PARC .....	8
■ CÉLÉBRATIONS .....	10
■ MÉDITATION ET PRATIQUE SPIRITUELLE	
MÉDITATION GUIDÉE .....	13
RÉPÉTITION DU MANTRA .....	13
■ CONFÉRENCES ET PROGRAMMES CULTURELS	
CALENDRIER .....	14
CYCLES DE CONFÉRENCES .....	15
CONFÉRENCIERS .....	16
■ SOINS AYURVEDA .....	22
■ WEEK-ENDS VEDĀNTA .....	26
SWĀMI ATMARUPANANDA .....	27
PRAVRAJKA DIVYANANDAPRANA MATAJI .....	28
SWĀMI PURNANANDA .....	29
■ VOYAGE VERS SOI .....	30
■ PRATIQUER LE KARMA YOGA À L'ASHRAM .....	32
■ THÉÂTRE ET SAGESSE VÉDIQUE .....	34
■ GROUPE DE PRIÈRES ET MANTRA .....	34
■ ÉCOUTE ET ACCOMPAGNEMENT AU CVR .....	35
■ HATHA YOGA .....	36
■ SÉJOUR EN SILENCE .....	37
■ ÉVÈNEMENTS	
JOURNÉE PORTES OUVERTES DU CENTRE .....	38
JOURNÉE PORTES OUVERTES DE L'UNIVERSITÉ DE L'HOMME .....	38

## LES ACTIVITÉS

■ ÉVÈNEMENTS SUITE	
JOURNÉE INTERNATIONALE DU YOGA .....	38
RENCONTRE INTERRELIGIEUSE .....	38
■ MUSIQUE - CONCERT	
SOIRÉES BHAJAN, KIRTAN ET MANTRA .....	39
CONCERT .....	39

## UNIVERSITÉ DE L'HOMME

■ UNIVERSITÉ DE L'HOMME	
PRÉSENTATION .....	41
RAPPEL DES FORMATIONS ÉTÉ 2025 .....	43
■ CURSUS CERTIFIANTS	
INSTITUT DE RECHERCHE ET DE PRATIQUE DE YOGA VÉDIQUE .....	44
MASSAGES ABHYANGA .....	47
HERBORISTERIE AYURVEDA .....	48
MARMATHÉRAPIE .....	49
VOYAGE AYURVÉDIQUE EN INDE .....	50
YOGA MATERNITÉ NAISSANCE .....	52
■ FORMATIONS	
ESPRIT .....	54
CORPS .....	70
ART .....	76
NATURE .....	86
■ INFORMATIONS ET INSCRIPTION	
FONCTIONNEMENT DU CENTRE .....	88
HÉBERGEMENT ET ÉQUIPEMENTS .....	90
BULLETIN D'INSCRIPTION .....	91
■ TARIFS .....	92
■ MÉDITATION À PARIS .....	97

# PRÉSENTATION DU CENTRE VÉDANTIQUE RÂMAKRISHNA

## HISTORIQUE

Le Centre védantique est affilié à la Mission Râmakrishna de Belur Math (dans l'État indien du Bengale), fondée par Swâmi Vivekânanda (1863-1902).

Tout au long des siècles, l'Inde a donné naissance à de nombreux grands saints parmi lesquels Śrī Râmakrishna (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 une même et unique Réalité qui se manifeste. Ainsi, la vie de Râmakrishna exprime au plus haut degré l'universalité du phénomène spirituel.

Après la mort de Śrī Râmakrishna, seize de ses disciples intimes formèrent, selon ses propres instructions, une petite communauté monastique, qui devait devenir l'Ordre de Râmakrishna.

Le plus éminent de ces disciples était Swâmi Vivekânanda, qui présenta le *vedānta*, philosophie de l'hindouisme à travers le monde.

La philosophie du *vedānta* 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 *vedānta* affirme que chacun a la puissance de réaliser la vérité dans cette vie même.

La réalisation pratique des principes théoriques du *vedānta* est appelée yoga. Comme les tempéraments humains sont variés, il existe plusieurs yogas.

Citons entre autres :

- le *jñāna 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 *rāja yoga*, la concentration

Le mouvement Râmakrishna prit naissance en France en 1936. Inspirés par les livres de Romain Rolland, lauréat du Prix Nobel, sur Śrī Râmakrishna et Swâmi Vivekânanda, un certain nombre de Français se réunirent à la Sorbonne pour la commémoration du centenaire de Śrī Râmakrishna.



**Swâmi Siddheswarananda** a été désigné par le siège de la Mission Râmakrishna pour venir de l'Inde enseigner le *vedânta* 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 Swâmi eut la possibilité d'acquérir la propriété de Gretz pour y faire vivre un ashram, devenu depuis le Centre védantique Râmakrishna. **Swâmi Ritajananda** (de 1961 à 1994), **Swâmi Veetamohananda** (de 1994 à 2019) et **Swâmi Atmarupananda** (depuis 2022), eux-mêmes moines de l'Ordre de Râmakrishna et venus d'Inde également, ont succédé à Swâmi Siddheswarananda.



Swâmi Siddheswarananda



Swâmi Ritajananda



Swâmi Veetamohananda



Swâmi Atmarupananda

## 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, les anniversaires des naissances des grands maîtres spirituels (Bouddha, Jésus, etc.) y sont aussi fêtés. 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 Swâmi 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

ENTRÉE LIBRE

Voici les principaux horaires.

	SAMEDI	DIMANCHE
Ouverture des portes	05h50	05h50
Méditation, chants, lectures	06h00	06h00
Petit-déjeuner	08h00	08h00
<i>Hatha yoga</i>	09h00	
<i>Puja et répétition du mantra*</i>		10h30
Méditation guidée*	11h00	
Déjeuner	12h00	12h00
<i>Karma yoga**</i>	12h30	12h30
<i>Hatha yoga</i>	15h00	
Conférence		15h00
Thé	16h30	16h00
Office du soir – <i>arati</i> avec chants	18h00	18h00
Dîner	19h30	19h30
Questions-réponses avec Swâmi Atmarupananda	20h30	
Fermeture des portes	21h30	21h30

\* Voir calendrier sur le site - \*\* Participation aux tâches de l'ashram.



Toutes les activités sont en entrée libre.  
Une participation aux frais est demandée  
pour les repas (14 €).

Il est nécessaire d'envoyer un e-mail à :  
[contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)  
pour réserver le repas.

## 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 ruches nous offrent du miel.



## LA GRANDE MAISON

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 une partie des quinze hectares de la propriété. Au fond de cette prairie se dresse un kiosque au toit octogonal couronné du croissant de Shiva.

## LE PARC

Les vitraux de sa rotonde illustrent deux aphorismes :  
« *Quand je sais que je suis tout, c'est l'amour* »,  
« *Quand je sais que je ne suis rien, c'est la connaissance* ».  
À droite de ce kiosque, on peut longer un bois, empli de chants d'oiseaux, et finalement aboutir à une grande prairie où l'on a aménagé un terrain de camping ouvert aux beaux jours. C'est 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 pouvons 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 faufilent 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.

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 !*



Partage, découverte et créativité à vos côtés au quotidien à travers des chroniques, des lectures, des pratiques, des billets d'humeur et de réflexion, du sanskrit, du chant et bien sûr la musique et ces artistes qui livrent avec sincérité leurs œuvres comme une offrande à la divinité en tout.

L'unité dans la diversité

Retrouvez radio Gangharva Gana

sur [www.rgg.fm](http://www.rgg.fm)

ou en téléchargeant l'application sur



Disponible sur  
 App Store



DISPONIBLE SUR  
 Google Play

# CÉLÉBRATIONS

ENTRÉE LIBRE

Les cultes sont célébrés par **Swâmi 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](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

**DURGA PUJA** ..... □ **Dimanche 28 septembre 2025 de 10h30 à 12h00**

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

**KALI PUJA** ..... □ **Lundi 20 octobre 2025 de 19h00 à 20h30**

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

**SARADA DEVI PUJA** ..... □ **Dimanche 14 décembre 2025 de 10h30 à 12h00**

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



Pour vous inscrire  
ou pour tous renseignements complémentaires,  
vous pouvez envoyer un mail à :  
[contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

## JOUR DE NOËL

### □ Jeudi 25 décembre 2025

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

Séjour/jour/personne : 70 € en pension complète.

Accueil le 24 décembre à partir de 16h.

Réservation par mail : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

## PASSAGE DE LA NOUVELLE ANNÉE ET KALPATARU

### □ Du mardi 30 décembre 2025 au jeudi 1<sup>er</sup> janvier 2026

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.

### □ Mardi 30 décembre

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

### □ Mercredi 31 décembre

- 18h00... Arati
- 19h30... Dîner
- 20h00... Dernière heure de la répétition du *mantra* dans la chapelle tous ensemble.
- 22h00... Feu de *Dhuni* en extérieur
- 23h45... Passage de la nouvelle année en silence dans la chapelle
- 00h15... Distribution du *prasad*

### □ Jeudi 1<sup>er</sup> janvier

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

Séjour/personne : 140 € en pension complète du 30 décembre à partir de 16h au 1<sup>er</sup> janvier.

Réservation par mail : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

## SWÂMI VIVEKÂNANDA PUJA

### □ Dimanche 11 janvier 2026 de 10h30 à 12h00

Culte dédié à Swâmi Vivekânanda.

La célébration est animée par des chants spirituels.

## SHIVARÂTRI

### □ Dimanche 15 février 2026 de 19h00 à 20h30

Culte dédié à Shiva.

La célébration est animée par des chants spirituels.

## RÂMAKRISHNA PUJA

### □ Dimanche 22 février 2026 de 10h30 à 12h00

Culte dédié à Śrī Râmakrishna, l'Infini qui s'exprime comme la force purificatrice et la force unificatrice.

La célébration est animée par des chants spirituels.

## SHANKARA JAYANTI

### □ Dimanche 19 avril 2026 de 15h à 16h30

Anniversaire de Shankara (philosophe, sage et commentateur des textes védantiques, célébré par une conférence de Swâmi Yogananda Saraswati, de la tradition de Shankara (Ashram Kayvalya).

## KRISHNA PUJA

### □ Samedi 4 septembre 2026 de 06h00 à 21h30

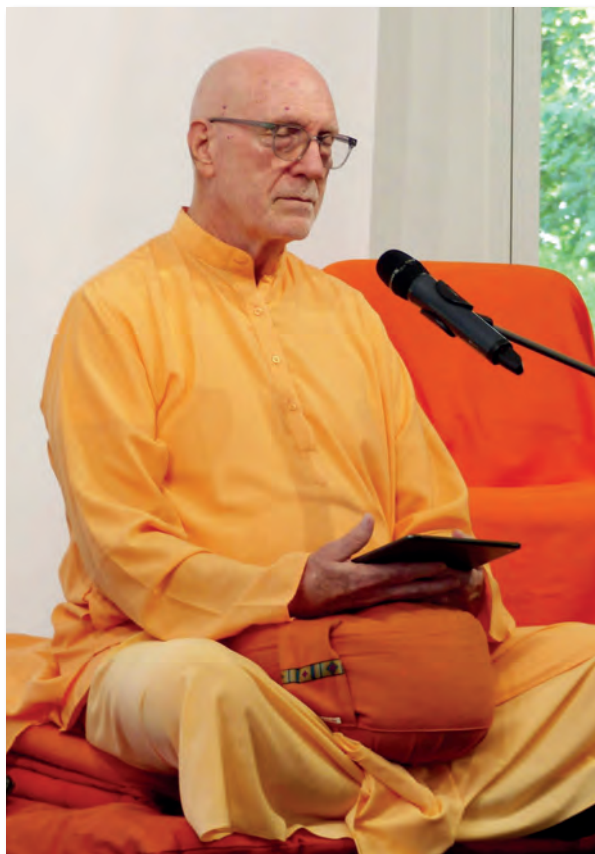
Culte dédié à Krishna.

La célébration est animée par des chants spirituels.

# MÉDITATION ET PRATIQUE SPIRITUELLE



## SWÂMI ATMARUPANANDA



Né en Amérique, Swâmi 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 Râmakrishna de l'Inde en tant que moine. Il a été initié par le dixième président de l'Ordre Râmakrishna, Swâmi Vireswarananda, et 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 Vivekânanda 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 Société *vedānta* du Grand Houston, aux États-Unis. Plus récemment, en avril 2022, il a été nommé au Centre védantique Râmakrishna de Gretz en tant que président et directeur spirituel.

# MÉDITATION GUIDÉE

ENTRÉE LIBRE

Certains samedis à 11h00 de septembre à juin.

Voir calendrier sur le site web,  
Rubrique/Activités/Les pratiques

**Durée : 45 minutes.**

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

Un **mantra** (मन्त्र) est une formule sacrée en sanskrit, composée de sons, de syllabes ou de phrases, utilisée dans la tradition védique pour concentrer l'esprit, élever la conscience. Issu de la racine sanskrite « **man** » (penser) et « **tra** » (instrument), le **mantra** est littéralement un « outil de l'esprit ».

Récité, chanté ou médité, il agit à la fois sur le plan mental, énergétique et spirituel, et constitue un support essentiel dans les pratiques du yoga et du vedānta.

Voir calendrier sur [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr) - Rubrique/Activités/Les pratiques

# CONFÉRENCES ET PROGRAMMES CULTURELS

## CALENDRIER

ENTRÉE LIBRE ET SANS INSCRIPTION

De septembre à juin, chaque dimanche à 15h et parfois le samedi, ont lieu des conférences, des ateliers ou programmes culturels publics donnés par divers intervenants venant de tout horizon géographique ou religieux, pour initier à la philosophie du *vedānta* ou faire connaître les diverses traditions religieuses, et ainsi pratiquer le dialogue entre traditions.

### CONFÉRENCES DU DIMANCHE 15H00

Voici quelques-unes des conférences qui seront proposées pendant la saison 2025-2026.

	DATES	CONFÉRENCES	PAR...
□	21 septembre 2025	<i>Dans ma vie ta présence – Ou la Providence au quotidien</i>	Dr Dominique Leyronnas
□	28 septembre 2025	<i>Autour de la Mère Divine</i>	Pravrajika Divyanandaprana Mataji
□	26 octobre 2025	<i>Le Vastu</i>	Isabelle Imbert – Ishani
□	2 novembre 2025	<i>Fêter les Morts</i>	Jean-Marie Pradier
□	9 novembre 2025	<i>Yogathérapie</i>	Jocelyne Borel-Kuhner
□	7 décembre 2025	<i>Sourire au-delà du souffrir</i>	Jacques Vigne
□	21 décembre 2025	<i>Le silence</i>	Frère Benoît Billot
□	1 <sup>er</sup> février 2026	<i>Pleurer – L'accueil des émotions</i>	Dr Dominique Leyronnas
□	8 février 2026	<i>Le silence</i>	Rabbin Gabriel Hagai
□	1 <sup>er</sup> mars 2026	<i>Quel est le but de la vie ? Selon Jésus dans l'Évangile de Thomas</i>	Pasteur Frédéric Fournier
□	22 mars 2026	<i>Le détachement</i>	Jacques Bancelin – Yogîndra
□	5 avril 2026	<i>Le silence</i>	Philippe Yacine Demaison
□	19 avril 2026	<i>En l'honneur de Shankara</i>	Swâmi Yogananda Sarasvati
□	26 avril 2026	<i>Science, conscience et mystère de la vie</i>	Jean Staune
□	3 mai 2026	<i>Table ronde sur Grotowski, Steiner et Gurdjieff</i>	Jean-Marie Pradier
□	10 mai 2026	<i>L'ennéagramme</i>	Swâmi Purnananda
□	31 mai 2026	<i>Le geste de l'acteur au théâtre</i>	Muriel Roland

## CYCLE VEDĀNTA PAR SWĀMI ATMARUPANANDA

### CONFÉRENCES DU DIMANCHE 15H00

- |                     |                    |                 |   |                |
|---------------------|--------------------|-----------------|---|----------------|
| ❑ 7 septembre 2025  | ❑ 28 décembre 2025 | ❑ 8 mars 2026   | <br>❑ 24 mai 2026 |                |
| ❑ 14 septembre 2025 | ❑ 4 janvier 2026   | ❑ 15 mars 2026  |   | ❑ 7 juin 2026  |
| ❑ 5 octobre 2025    | ❑ 18 janvier 2026  | ❑ 12 avril 2026 |   | ❑ 14 juin 2026 |
| ❑ 16 novembre 2025  | ❑ 25 janvier 2026  | ❑ 10 mai 2026   |   |                |
| ❑ 30 novembre 2025  | ❑ 15 février 2026  | ❑ 17 mai 2026   |   |                |
|                     |                    |                 |   |                |

## PROGRAMME CULTUREL LES DIMANCHES À 15H00

- ❑ 28 septembre 2025 ..... à l'occasion de la Durga *pūja* avec Pravrajika Divyanandaprana Mataji et les résidents
- ❑ 14 décembre 2025 ..... à l'occasion de l'anniversaire de Sarada Devi avec les résidents
- ❑ 11 janvier 2026 ..... à l'occasion de l'anniversaire de Swāmi Vivekānanda avec les résidents
- ❑ 22 février 2026 ..... à l'occasion de l'anniversaire de Śrī Rāmakrishna avec l'IRPYV [Voir page 44]
- ❑ 19 avril 2026 ..... à l'occasion de l'anniversaire de Shankara avec Swāmi Yogananda Sarasvati

## ATELIERS YOGA SUR CHAISE LES DIMANCHES À 15H00

AVEC JOËLLE BENIER ET STÉPHANE ANSELMINO

Atelier de pratique ..... ❑ 12 octobre 2025 ❑ 23 novembre 2025

## RENCONTRES AUTOUR DE L'AYURVEDA LES SAMEDIS À 13H00

AVEC VAIDYA RAJALAKSHMI CHELLAPAN

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

- |                   |                                 |                  |
|-------------------|---------------------------------|------------------|
| ❑ 25 octobre 2025 | ❑ 1 <sup>er</sup> novembre 2025 | ❑ 7 février 2026 |
| ❑ 28 février 2026 | ❑ 7 mars 2026                   | ❑ 18 avril 2026  |
| ❑ 25 avril 2026   | ❑ 2 mai 2026                    |                  |

Pour connaître le programme complet, rendez-vous :  
sur [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr) - « Activités », rubrique « Conférences ».

# CONFÉRENCIERS

## SWÂMI ATMARUPANANDA

Swâmi Atmarupananda, moine de l'Ordre Râmakrishna, parcourt depuis des décennies le monde pour donner conférences, animer des retraites sur le *vedānta* et participer activement au dialogue interspirituel.

Son enseignement, ancré dans la tradition, éclaire les enjeux spirituels contemporains. Il est aujourd'hui président du Centre védantique Râmakrishna de Gretz.



## PRAVRAJIKA DIVYANANDAPRANA

Pravrajika Divyanandaprana, moniale de Śrī Sarada Math, enseigne le yoga *vedānta* à

l'Institut indien de technologie (IIT) de New Delhi.

Initiée par Swâmi Ranganathananda Maharaj, elle partage sa connaissance lors de conférences et séminaires spirituels à travers le monde.

## SWÂMI YOGANANDA SARASVATI

est un éminent sanskritiste, expert de la tradition de *Shankara*. Maître en *sanskrit*, Swâmi Yogananda Sarasvati est une référence dans la connaissance des textes majeurs du *vedānta*. Il compose et chante des hymnes dévotionnels en *sanskrit*, expression de la profondeur de son expérience spirituelle.



## SWÂMI PURNANANDA

Swâmi Purnananda est fondateur et directeur spirituel de la Société Éire Vedānta en Irlande. Son approche relie tradition spirituelle, développement personnel et science contemporaine. Disciple de Swâmi Vireswarananda, il enseigne le *vedānta*, la méditation et la psychologie appliquée à travers conférences et ateliers.



## JACQUES BANCELIN – YOGĪNDRA

est 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 le 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, Swāmi 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 mantra 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, du chant des mantra, des conférences.



## FRÈRE BENOÎT BILLOT

Benoît Michel BILLOT, après une formation de biologiste, embrasse la vie monastique à 25 ans au Prieuré bénédictin Saint-Benoît à Étiolles (91450). Il a été prêtre au travail pendant deux ans, prêtre en paroisse pendant 25 ans. Moine avant tout, il assume des responsabilités d'animation spirituelle, suit un parcours de psychanalyse et de psychologie initiatique (avec Graf Dürckheim), et devient transmetteur de la tradition hésychaste. Il a fondé la Maison de Tobie en 1989 : école de vie spirituelle et d'intériorité promouvant la vie spirituelle en rapport avec le corps, le psychisme et les grandes traditions. Au Prieuré d'Étiolles, il assume la responsabilité du jardin et du chant. Il anime stages et sessions. Profondément chrétien, intensément ouvert à toutes les sagesse spirituelles, Frère Benoît Billot se dédie depuis 60 ans à l'unification de l'être et à son incarnation. Responsable du Dialogue Inter-religieux Monastique pour la France pendant 20 ans, il séjourne dans des monastères zen du Japon, et est certifié enseignant zen.

## JOCELYNE BOREL-KUHNER

est urgentiste, professeur de yoga, yogathérapeute, diplômée en Médecine Méditation et Neurosciences et passionnée de montagnes. En 2012, elle crée la première consultation médicale hospitalière en yogathérapie (Hôpital S.VEIL Eaubonne 95). Elle se spécialise dans la prise en charge des patients douloureux chroniques par le yoga thérapeutique depuis 2016 au sein de la structure hospitalière avec en 2019 à l'Hôpital NOVO (CH PONTOISE 95) la création d'une Unité Douleur et de Médecines Complémentaires (algologie, yogathérapie, musicothérapie, micro-nutrition, acupuncture, hypnose). Création en 2024 du DU de Médecine fonctionnelle et Yogathérapie en collaboration avec la faculté de biologie de CERGY, CYU (95) afin de transmettre cette approche thérapeutique globale et fonctionnelle dans un esprit alliant approche scientifique et tradition.



## 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.

## VAIDYA RAJALAKSHMI CHELLAPPAN

Originaire de Chennai (anciennement Madras), 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 ayurvédiques. Rajalakshmi a 15 ans d'expérience en tant que praticienne ayurvédique en cabinet privé.



## PHILIPPE YACINE DEMAISON

Philosophe de formation, Philippe Yacine Demaison est engagé depuis de nombreuses années dans le dialogue interspirituel. Fondateur des Assises du Dialogue et co-auteur de L'Islam dans la Cité (Albin Michel), il incarne une démarche reliant sagesse spirituelle et action contemporaine.

Initié à la voie soufie, il transmet une Tradition vivante centrée sur l'Unité du Vivant. À travers enseignements, retraites et accompagnements, il explore également les dimensions thérapeutiques de cette voie, afin d'aider l'être moderne à retrouver sens et équilibre. Il préside aujourd'hui l'association Les Chemins du Vivant, dédiée à la transmission spirituelle et à la quête intérieure.



## PASTEUR FRÉDÉRIC FOURNIER

Après une première carrière de professeur de l'Éducation nationale et un passage par l'Institut catholique de Paris où il découvre Martin Luther, Frédéric Fournier est ordonné pasteur par le synode de l'Église réformée de France en 2009. Il officie à l'église Saint-Marc de Massy-Palaiseau. Il se passionne pour les textes des mystiques, des philosophes, des théologiens, des hommes et des femmes de la Bible qui ont emprunté la voie de la méditation. S'il s'intéresse autant à cette pratique, c'est parce qu'elle renforce le souffle, l'énergie, la concentration, la sérénité et le bien-être. Voilà ce qu'il a découvert lors des premières années de son ministère, en tant qu'aumônier à l'hôpital de Lille. Pour être plus présent à l'Esprit qui est en nous. Pour pacifier le corps et apaiser l'esprit. Pour accepter les hauts et les bas.



## RABBIN GABRIEL HAGAÏ

Est rabbin orthodoxe séfarde franco-israélien, conférencier, linguiste, philologue, paléographe-codicologue, herboriste, médiateur, poète, calligraphe et chanteur. Formé à Jérusalem et à Boston, il est enseignant-chercheur et chargé de cours dans diverses universités et instituts supérieurs parisiens. Très investi dans le dialogue interreligieux, il est membre actif et conseiller de plusieurs associations françaises et internationales promouvant la paix. Père et grand-père, il est également maître-initiateur dans une tradition mystique non-dualiste.



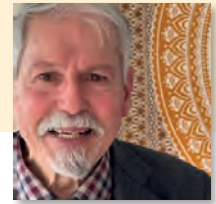
## ISABELLE IMBERT – ISHANI

Consultante en médecine ayurvédique, jyotish et vastu. Praticienne en techniques éducatives corporelles de bien-être et de relation d'aide. Chroniqueuse sur Radio Gandarva Gana avec Le Jyotish et La Triade des veda. Un grave accident de parapente en 1994 l'amène au seuil de la mort, c'est le début d'une véritable quête intérieure, en particulier au travers des rencontres extrasensorielles des soins alternatifs. Quittant 25 ans de métier dans la banque, elle crée en 2010 le Centre Aromayurveda afin d'orienter sa vie vers les soins de l'âme. Passionnée de la vie, elle crée un pont entre le visible et l'invisible. La rencontre avec Swâmi Veetamohananda en 2017 lui confirme sa volonté de progresser dans l'étude du *vedānta* et de partager au quotidien la volonté de s'épanouir avec courage et force de vie.



### 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.



### 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.

### JEAN STAUNE

Philosophe des sciences et essayiste, Jean Staune est diplômé en paléontologie, mathématiques, gestion, sciences politiques et économiques. Ancien collaborateur scientifique de l'École Polytechnique de Lausanne, aujourd'hui chargé de cours à HEC. Consultant en management auprès des entreprises. Il est également secrétaire général de l'Université Interdisciplinaire de Paris.



### JACQUES VIGNE

Psychiatre et chercheur inlassable, conférencier passionné, Jacques Vigne ne cesse de partager ses expériences et découvertes dans les domaines de la spiritualité, de la méditation et des philosophies hindoues et chrétiennes. Il voyage et tisse des ponts entre l'Orient et l'Occident.



# Science & Spiritualité

## Explorer les mystères du monde et de soi

WEEK-END EXCEPTIONNEL LES 25 & 26 AVRIL 2026  
AVEC JEAN STAUNE, MARIO BEAUREGARD,  
EMMANUEL RANSFORD, YVES DUPONT  
ET BIEN D'AUTRES

### Science, conscience et mystère de la vie

Et si la science et la spiritualité n'étaient pas opposées, mais complémentaires ?

Dushan Errate et son Laboratoire Science, Conscience et Spiritualité vous proposent un week-end unique avec Jean Staune, invité d'honneur, philosophe des sciences et auteur reconnu.

En compagnie des autres invités ils ouvriront des ponts entre les dernières découvertes scientifiques et la sagesse millénaire de la spiritualité.

Ateliers, dialogues, réflexions croisées...

Un espace de rencontre entre raison et intuition, matière et conscience.

✈ Clôture du week-end par une conférence exceptionnelle de Jean Staune



✉ INFOS & INSCRIPTION EN ENVOYANT UN MAIL À DUSHAN ERRATE  
errate@gmail.com

🚪 PLACES LIMITÉES – RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT !

# SOINS AYURVEDA

## BILAN AYURVÉDIQUE

Uniquement sur rendez-vous

AVEC VAIDYA RAJALAKSHMI CHELLAPPAN

- **Recherche des déséquilibres :**  
questionnaire / observations / conseils et règles générales en Ayurveda, détoxination.
- **Analyse des habitudes de vie :**  
nutrition végétarienne utilisation de plantes et épices adaptées à la constitution énergétique.
- **Recommandations personnalisées**

L'objectif principal du bilan ayurvédique est de rétablir l'équilibre naturel du corps et de l'esprit.

Tarif : 45 min ~ 1h - 80 €



## ENTRETIEN DE SUIVI INDIVIDUEL

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.

Tarif : 35 ~ 45 min - 60 €

**IMPORTANT** • Après un entretien ayurvédique, 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.

Pour prendre rendez-vous, envoyer un mail à :  
[inscription@centre-vedantique.fr](mailto:inscription@centre-vedantique.fr)



© D.P. Freepik

## MASSAGES ET SOINS AYURVÉDIQUES

**MASSAGE ABHYANGA** AVEC SIVA NITHI

Uniquement sur rendez-vous



Issue d'une formation sur les divers types de massages ayurvédiques, sous la tutelle éclairée de Vaidya Rajalakshmi Chellappan, je vous accueille pour des massages traditionnels offrant une profonde détente et un équilibre intérieur. Le massage *Abhyanga* que j'offre à chaque personne est une expérience sensorielle imprégnée des traditions millénaires de l'Ayurveda.

En utilisant une huile de sésame bio soigneusement choisie, chaque mouvement éveille les sens et apaise l'esprit. Les tensions se fondent sous les pressions tandis que l'huile nourrissante infuse votre peau de bienfaits. Guidées par mes mains bienveillantes, ces séances transcendent le physique pour vous transporter vers un état profond de détente et d'harmonie. Une expérience holistique qui ravit les sens et réjouit l'âme.

Je vous accueille pour des massages traditionnels offrant une profonde détente et un équilibre intérieur. Le massage *Abhyanga* que j'offre à chaque personne est une expérience sensorielle imprégnée des traditions millénaires de l'Ayurveda.

Pour prendre rendez-vous, contacter Siva au 06 14 35 93 96

Tarif : 1h30 ~ 85 €

# SOINS AYURVEDA



## SHIRODHARA

Uniquement sur rendez-vous

AVEC VAIDYA RAJALAKSHMI CHELLAPPAN

Le *shirodhara* est un soin ayurvédique très puissant et très efficace. Il tire son nom du sanscrit « *shiro* » (tête) et « *dhara* » (circulation). Originnaire d'Inde, cette technique de relaxation, ciblée sur le crâne, est âgée de plus de 5000 ans et agit sur le corps, l'esprit et l'âme et plus particulièrement sur le cerveau et le flux des énergies. Le soin *shirodhara* est destiné à toutes les personnes qui souhaitent se détendre et se relaxer.

### Conseils pour une meilleure expérience

- Éviter la prise de stimulants (café, thé, alcool) dans les 12h qui précèdent le soin.
- Éviter de manger 2h avant le soin pour éviter toute gêne au niveau de la digestion.
- Retirer le maquillage, parfum, bijoux, accessoires.
- Ne pas hydrater la peau avant le soin.
- Privilégier des vêtements et sous-vêtements non délicats et faciles d'entretien.
- Prévoir un bonnet ou un tissu chaud pour vous couvrir la tête et les cheveux qui auront reçu une grande quantité d'huile chaude.
- Il est recommandé de se reposer après le soin. Évitez de charger votre agenda.

Privilégier une journée de détente, boire de l'eau en quantité et se coucher tôt.



Le soin *shirodhara* est contre-indiqué en cas de :

- Conjonctivite
- Glaucome en stade avancé
- Fièvre
- Dommages au cuir chevelu ou au front
- Maladies inflammatoires
- Rhume, congestion des sinus, toux
- Psoriasis (pendant les crises)

En cas de doute et de traitement médical en cours, veuillez demander l'avis de votre généraliste ou spécialiste.

Tarif : 1h30 ~ 100 €

## SHIRODHARA, LE SOIN SIGNATURE EN HEURES SACRÉES DE 3H À 6H DU MATIN

De mai à septembre, offrez-vous un voyage intérieur en pratiquant le *shirodhara*, un soin ancestral qui apaise l'esprit et éveille la spiritualité aux premières lueurs du jour.

Vivez une expérience spirituelle unique cet été avec le *shirodhara* au *Brahma muhurtha*, littéralement traduit par « le moment de Brahman ». Cette période est vue comme un moment de calme et de pureté propice à l'éveil spirituel et à la concentration.



### LES HORAIRES EXCLUSIFS

*Brahma muhurtha* : ■ 3h00 à 04h30  
■ 04h30 à 06h00

### PUBLIC CONCERNÉ

Ce soin est conçu pour les pratiquants de yoga, de méditation ou toute personne en quête d'élévation spirituelle.

### POURQUOI CHOISIR LE SHIRODHARA ?

Éveil spirituel : le *shirodhara* favorise une connexion profonde avec soi-même permettant de méditer en toute sérénité.

Réduction du stress : une méthode reconnue pour apaiser l'esprit et soulager les tensions corporelles.

Harmonisation des énergies : favorise l'équilibre intérieur et l'harmonisation des chakras.

### CONDITIONS DE L'OFFRE

Minimum de trois séances consécutives pour une immersion complète et une véritable transformation intérieure.

Profitez des heures sacrées du *Brahma muhurtha* pour une expérience optimale de relaxation et de méditation.

Venez vivre un moment hors du temps !

Réservez dès maintenant et plongez dans cette expérience unique.

Ce soin profond et revitalisant en harmonie avec les rythmes naturels vous permettra de vous reconnecter à votre essence spirituelle.

Cette offre exclusive durant l'été vous permettra de bénéficier d'un cadre apaisant et spirituellement enrichissant.

Pour prendre rendez-vous, envoyer un mail à : [inscription@centre-vedantique.fr](mailto:inscription@centre-vedantique.fr)

# WEEK-END VEDĀNTA

Le Centre védantique Râmakrishna vous invite à vivre une saison 2025-2026 riche d'enseignements et d'expériences intérieures, à travers une série de **week-ends vedānta** et d'ateliers guidés par des enseignants inspirants.

Le *vedānta*, philosophie universelle et science de la vie, éclaire notre existence, donne sens à nos relations, transforme le travail en pratique spirituelle et révèle le chemin vers la réalisation de soi.



© D.R. Freepik

## VEDĀNTA

Le *vedānta* est une philosophie ; c'est aussi une religion, mais c'est plus encore : c'est un mode de vie, c'est la science de la vie elle-même. Grâce à ses enseignements, l'ensemble de notre vie s'illumine : l'univers est vu sous un jour nouveau, nous nous comprenons nous-même dans toute notre profondeur, toutes nos relations sont sanctifiées et le travail devient une pratique spirituelle. Nous découvrons le but de notre vie, ce qui change, tout en réorganisant nos priorités et en révélant le chemin que nous avons toujours suivi, mais désormais nous le suivons avec conscience et efficacité.

Le yoga est bien connu dans la société occidentale moderne, du moins son nom et son association avec les postures de yoga, mais le *vedānta* lui, est peu connu.

Pourtant, le *vedānta* est le fondement de l'hindouisme lui-même, y compris du yoga. De plus, comme l'a montré Swâmi Vivekânanda à travers ses enseignements, le *vedānta* n'est pas seulement le fondement de l'hindouisme, c'est la science de la religion elle-même, la science de la spiritualité qui sous-tend toutes les religions.

Grâce au *vedānta*, beaucoup ont découvert qu'ils comprenaient leur propre tradition religieuse avec une profondeur et une ampleur nouvelles. Pourtant, il est davantage que le fondement de la religion, car son objectif est la vérité sans frontières. Il cherche à connaître les principes fondamentaux de l'existence.

Les week-ends *vedānta* sont consacrés à l'apprentissage approfondi de cette tradition et à son application dans la vie.

Lors de ces week-ends successifs, **Swâmi Atmarupananda**, **Pravrajika Divyanandaprana** et **Swâmi Purnananda** nous guideront :

- à la découverte des **principes fondamentaux du vedānta**,
- à l'exploration des **pratiques spirituelles** issues de ces principes,
- à la compréhension des **fruits d'une vie védantique**.

D'autres week-ends **vedānta** seront proposés tout au long de l'année, avec divers Swâmis de la **Mission Râmakrishna**. **Retrouvez toutes les informations sur notre site web !**

## LES WEEK-ENDS VEDĀNTA AVEC SWĀMI ATMARUPANANDA

### 1. Les principes

□ 29-30 novembre 2025

Au cours de ce premier week-end, nous apprendrons les principes fondamentaux du *vedānta*. Cela nous donnera une carte pour comprendre la tradition et nous permettra de poursuivre nos études au-delà du week-end.

### 2. Les pratiques

□ 24-25 janvier 2026

Le deuxième week-end présentera les pratiques qui découlent des principes, et les pratiques qui ont conduit à la découverte de ces principes, pratiques qui peuvent nous conduire à une vie de découverte.

### 3. Les résultats d'une vie védantique

□ 23-24 mai 2026

Que pouvons-nous attendre d'une vie consacrée à ces principes et à leur pratique ? Nous parlons d'illumination, de réalisation, de libération – le but ultime du *vedānta* – mais qu'est-ce que des gens ordinaires comme nous peuvent réellement espérer atteindre ? Le jeu en vaut-il la chandelle ? C'est le sujet du troisième week-end.



Intervenant : Swâmi Atmarupananda

Dates : □ 29-30 novembre 2025

□ 24-25 janvier 2026

□ 23-24 mai 2026

Durée : 2 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

# AUTOUR DE LA MÈRE DIVINE À L'OCCASION DE LA DURGA PUJA

AVEC SWÂMI ATMARUPANANDA ET PRAVRAJIKA DIVYANANDAPRANA MATAJI



À l'occasion de la Durga puja, fête sacrée honorant la Mère Divine sous ses multiples formes, nous vous invitons à un week-end de ressourcement, de méditation et d'enseignement spirituel, placé sous le regard bienveillant de Śrī Durga.

Nous aurons l'immense privilège d'être guidés par Swâmi Atmarupananda, président et Directeur spirituel du Centre védantique Râmakrishna de Gretz depuis 2022.

À ses côtés, nous accueillerons Pravrajika Divyanandaprana Mataji. Elle nous offrira une approche lumineuse et vivante de la sagesse védantique et de l'énergie de la Mère Divine.

## Au programme de ce week-end :

- Enseignements sur le symbolisme et la signification spirituelle de la Mère Divine dans le *vedānta*.
- Méditations guidées et pratiques dévotionnelles.
- Célébrations spéciales de la Durga puja.
- Temps d'échanges et de questions-réponses.

Que vous soyez pratiquant assidu ou simplement en quête d'un moment de connexion profonde, ce week-end vous offrira un espace sacré pour vous relier à la force bienveillante, protectrice et transformatrice de la Mère Divine.

**Venez célébrer, méditer, et puiser force et inspiration dans la Présence vivante de la Mère Divine !**

Intervenants : Swâmi Atmarupananda  
et Pravrajika Divyanandaprana Mataji

Date : ☐ 27-28 septembre 2025

Durée : 2 jours



## PRAVRAJIKA DIVYANANDAPRANA MATAJI

Moniale respectée de Śrī Sarada Math, initiée par Swâmi Ranganathananda Maharaj. Profondément engagée dans l'enseignement et la transmission du yoga *vedānta*, elle partage sa connaissance à travers des cours à l'Institut indien de technologie (IIT) à New Delhi, et elle est actuellement rédactrice de la revue spirituelle Samvit.

Programme détaillé et inscription sur [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr) - Rubrique Séminaires

# ENNÉAGRAMME PLUS

## LE VRAI SOI DERRIÈRE LE MASQUE

AVEC SWÂMI 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 Swâmi Purnananda.

### Le but de ces journées 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.

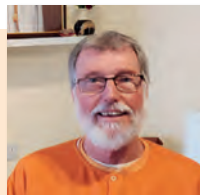
### Programme :

- méditation,
- introduction,
- résumé du processus de libération (révision),
- auto-évaluation,
- plan de croissance,
- exploration et identification des niveaux et sous-types psychologiques,
- structuration de son plan de croissance pour progresser.



### SWÂMI PURNANANDA

Né au Zimbabwe, il est fondateur et directeur spirituel de la Société *Éire Vedanta* de Dublin en Irlande. Il est disciple de Swâmi 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 Swâmi Nihshreyasananda, qui était non seulement un grand moine de l'Ordre de Ramakrishna, mais aussi un grand yogi. Après son ordination en 1981, Swâmi Purnananda demeura son assistant et son secrétaire. En 2006, Swâmi Purnananda a été invité en Irlande. Très expérimenté dans le *vedānta*, 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.



Intervenant : Swâmi Purnananda

Dates : ☐ 9-10 mai 2026

Durée : 2 jours

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

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

# VOYAGE VERS SOI

# UN WEEK-END DE TRANSFORMATION INTÉRIEURE



Nous vous invitons à un séjour unique, du vendredi en fin d'après-midi au dimanche après-midi, pour un voyage intérieur alliant spiritualité, introspection et bien-être.

Durant ce week-end, vous bénéficierez de quatre séances individuelles qui vous guideront vers une meilleure compréhension de vous-même et une harmonisation de votre être. Chaque séance repose sur des pratiques traditionnelles et holistiques, favorisant éveil, clarté et transformation.

## LES 4 SESSIONS INDIVIDUELLES

### ■ Atelier de l'âme

AVEC LYNNE BURNEY – YASHODA

Cet atelier est une séance unique, centrée sur votre développement personnel. Lynne vous accompagnera dans une approche pédagogique adaptée à votre contexte, vos objectifs et vos besoins actuels. À travers un échange guidé, elle vous aidera à conceptualiser vos expériences, recevoir un retour constructif et identifier des actions concrètes pour favoriser votre épanouissement.



#### LYNNE BURNEY - YASHODA

professeur de yoga diplômée par la Fédération française de *hatha yoga* depuis 1993. Membre fondateur de la Société française de coaching et présidente de son Comité d'agrément et de déontologie pendant 4 ans, elle a également fondé en 2000 la LKB School of Coaching. Reconnue Master Coach en 2002 par la International Coach Federation, elle enseigne depuis 2008 des techniques de Clean Coaching. Depuis la fin des années 1990, elle fréquente le Centre védantique Ramakrishna, où elle a été initiée au *vedānta* par Swāmi Veetamohananda.

### ■ Tirage de tarot à la lumière du yoga *vedānta*

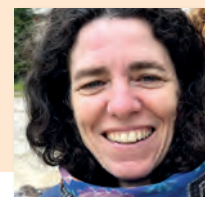
AVEC PREMA - KAREN BOISTEL D'WELLES

« *Nous ne pouvons penser qu'en symbole* »  
Swāmi Vivekānanda.

Le tarot est un art du questionnement qui, par ses symboles, reflète notre monde intérieur. Lors de cette séance, Prema vous guidera à travers les arcanes majeurs du Tarot de Marseille, éclairés par la sagesse du *yoga vedānta*. Cette approche vous permettra d'être davantage à l'écoute de votre être profond, et de prendre conscience des étapes de votre évolution personnelle.

#### PREMA - KAREN BOISTEL D'WELLES

s'intéresse avant tout à l'éducation et au processus d'évolution de l'individu. En 2000, elle découvre le yoga et rencontre Swāmi Veetamohananda qui l'initie au *vedānta*. Elle poursuit ensuite l'enseignement de Śrī Mahesh à la FFHY. Parallèlement, elle se forme à l'art sacré du tarot de Marseille auprès de Corinne Morel. Son engagement spirituel se manifeste dans la force vive de l'action quotidienne.



## ■ **Massage *abhyanga*** AVEC SIVA NITHI

Le massage *abhyanga* est une pratique ayurvédique traditionnelle qui consiste en un massage complet du corps avec des huiles chaudes infusées aux herbes. Cette technique vise à nourrir les tissus, améliorer la circulation, apaiser le système nerveux et éliminer les toxines du corps. Siva vous offrira une expérience profondément relaxante et revitalisante, contribuant à votre bien-être général.

### SIVA NITHI

pratique le yoga depuis une vingtaine d'années. Animée par le désir de transmettre cet art de vivre, elle suit une formation de quatre ans à l'Institut de recherche et de pratique de yoga védique du CVR. Elle se spécialise ensuite dans les massages ayurvédiques sous la guidance de Vaidya Rajalakshmi Chellappan. Aujourd'hui, elle propose des soins profondément ancrés dans la tradition millénaire de l'ayurveda, favorisant détente et harmonie intérieure.



En complément de ces sessions, vous aurez également la possibilité de participer aux activités du Centre, telles que :

- **Puja** (rituel védique)
- **Méditation guidée**
- **Séance de *hatha yoga***
- **Soirée questions/réponses avec le swâmi.**

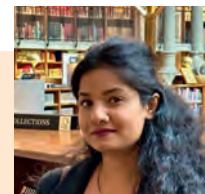
Ces moments d'échange et de pratique vous permettront d'approfondir votre connexion intérieure et de prolonger les bienfaits de votre démarche.

Un week-end pour se recentrer, s'explorer et se révéler à soi-même, dans un cadre propice à la sérénité et à la transformation.

## ■ **Consultation en astrologie védique**

AVEC NILANJANA GANGA ROY

L'astrologie védique, ou  *jyotish* , est une science ancestrale issue des *veda*. Elle offre une compréhension profonde de votre thème natal, mettant en lumière vos forces, vos défis et votre chemin de vie. Nilanjana analysera votre thème astral en se basant sur votre date, heure et lieu de naissance, vous aidant ainsi à mieux comprendre votre personnalité et à orienter votre futur vers plus d'harmonie.



### NILANJANA GANGA ROY

Fascinée depuis l'enfance par l'univers mystérieux de l'astrologie. Elle s'est plongée avec enthousiasme dans les multiples facettes de cette discipline ancestrale, s'efforçant d'en approfondir chaque aspect. Au fil des années, elle a affiné ses compétences et enrichi ses connaissances, pratiquant l'astrologie pendant plus de sept ans auprès d'amis, d'étudiants et de membres de sa famille. Son engagement constant et son expertise lui valent une appréciation notable dans son entourage.

Intervenantes : Lynne Burney – Yashoda –  
Prema - Karen Boistel d'Welles –  
Siva Nithi – Nilanjana Ganga Roy

Dates : ☐ 18-19 octobre 2025  
☐ 14-15 mars 2026

Inscriptions limitées à 8 personnes

Durée : 2 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

# PRATIQUER LE KARMA YOGA À L'ASHRAM

## POUR VIVRE SA SPIRITUALITÉ AU QUOTIDIEN

*En servant les autres, nous servons également le divin en nous et nous nous rapprochons d'un état intérieur de paix et de plénitude.*



Le *karma yoga*, le *seva* – le service désintéressé – est un outil puissant de transformation intérieure. Il nous aide à transcender notre égoïsme, à développer l'humilité et à nous détacher des fruits de nos actions. Lorsque nous servons sans attente de retour, nous découvrons une nouvelle forme de joie, celle du don véritable et de la gratitude. La pratique du *karma yoga* nous enseigne également à être pleinement présents dans l'instant, à voir la beauté dans les gestes simples et à reconnaître le sacré dans chaque action.



*Rejoignez-nous dans cet élan de service et de partage et – ensemble – faisons de notre ashram un espace toujours plus vivant, lumineux et inspirant.*

### POURQUOI LE KARMA YOGA EST-IL VITAL POUR L'ASHRAM ?

Un ashram c'est un lieu où vit une communauté spirituelle rassemblée autour d'un moine ; un espace de silence, de pratique et d'introspection. C'est aussi un lieu d'accueil où chacun peut venir se ressourcer, approfondir sa pratique spirituelle et expérimenter un mode de vie plus aligné avec les valeurs du yoga. Pour qu'un tel lieu puisse exister et remplir pleinement sa mission, il a besoin de l'énergie et de l'engagement désintéressé de tous ceux qui y vivent et le fréquentent.

### COMMENT PARTICIPER AU BON FONCTIONNEMENT ET AU RAYONNEMENT DE L'ASHRAM ?

Les besoins sont multiples et variés :

- L'entretien et la propreté du lieu
- L'accueil et l'accompagnement des visiteurs
- Le jardinage et l'entretien des espaces extérieurs
- Les tâches administratives et organisationnelles

Il est possible de participer au *karma yoga* de différentes façons, selon votre temps et vos compétences :

- Quelques heures par semaine
- En immersion plus profonde
- En proposant vos compétences spécifiques.

## SÉJOURS D'INITIATION AU KARMA YOGA

Cette année le CVR vous offre l'occasion de venir vivre une immersion totale dans la pratique du yoga de l'action désintéressé au cours de 4 séjours (dont un de 5 jours).

Sous la responsabilité spirituelle de Swâmi Atmarupananda, ces séjours sont une invitation à vivre pleinement le service altruiste, en alliant méditation et enseignements spirituels, dans un cadre propice à l'introspection et à l'éveil.

### Journée type d'un karma yogi <sup>1</sup> :

06h00	Méditation, chant du matin, lecture de textes sacrés dans la chapelle
07h15	Temps libre
08h00	Petit déjeuner
08h30	Aide à la vaisselle, préparation des légumes pour la cuisine, entretien des lieux
09h00-11h45	Service à la communauté <sup>2</sup>
12h00	Déjeuner en silence
12h30	Aide à la vaisselle, préparation des légumes pour la cuisine, entretien des lieux
13h00-14h00	Repos, marche dans le parc
14h15-16h30	Service à la communauté
16h30	Goûter
17h00-18h00	Aide à la mise en place pour le repas du soir
18h00	Arati et méditation silencieuse dans la chapelle
18h45	Temps libre
19h30	Dîner en silence
20h00	Aide à la vaisselle, entretien des lieux
20h30	Programme du soir avec Swâmi Atmarupananda (Sessions « Questions-réponses », lectures de textes spirituels, etc.)
21h30	Repos – Fermeture des portes de la grande maison

1. La participation à toutes ces activités est fortement recommandée, mais bien sûr ne peut nullement être obligatoire. L'important est que le karma yogi s'engage à faire un minimum de 5 heures de seva par jour, pendant tout son séjour.

2. Après l'accueil par Swâmi Atmarupananda et Aditi le vendredi soir de l'arrivée, et d'un commun accord avec chacun, une tâche précise pourra être confiée pour la durée du séjour.



*La pratique du silence pendant les temps de service à la communauté permet d'agir en méditation, transformant ainsi le travail en karma yoga.*

Il est recommandé d'arriver la veille du premier jour à partir de 17h00, pour pouvoir profiter complètement du programme de chaque journée. Le départ, lui, peut se faire à partir de 17h00 du dernier jour, mais votre séjour peut être prolongé si vous le souhaitez.

Informations et inscriptions : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

Intervenante : Aditi

- Dates :  1<sup>er</sup>-5 sept. 2025 (5 jours)  
 6-7 déc. 2025  
 21-22 mars 2026  
 13-14 juin 2026

Durée : 2 jours

# THÉÂTRE ET SAGESSE VÉDIQUE

AVEC FABRICE NICOT

## CORPS EN MOUVEMENT ET VOIE SACRÉE DE LA BHAGAVAD GITĀ ET DES UPANISHAD

Cet atelier s'intéresse à la connexion entre le théâtre et la tradition védique, en soulignant l'importance du mouvement, de la voix et de la dimension spirituelle de la *Bhagavad Gitā* et des *upanishad*.

Après un échauffement physique et vocal favorisant le calme, l'énergie, l'écoute et la disponibilité, les participant.e.s exploreront le sens de la *Bhagavad Gitā* et des *upanishad* en mouvement dans l'espace.

### Techniques abordées :

- décontraction
- placement de la voix
- projection de la voix
- prise de conscience du corps et de l'espace
- respiration
- articulation

Atelier proposé certains dimanches.  
Voir sur : [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)



Par ce travail d'écoute de la sensation du corps et de la vibration sonore, les textes seront abordés comme processus de transformation corporel et vibratoire, de sorte que leur sens se révélera presque « d'eux-mêmes » aux participant.e.s.

Nous utiliserons les textes en français de la *Bhagavad Gitā* et des *upanishad* accompagnés ponctuellement de récitations et de *mantra* en sanskrit.

### FABRICE NICOT

Fabrice est metteur en scène, comédien diplômé de l'École Nationale Supérieure des Arts et Techniques du Théâtre (ENSATT), et professeur de théâtre titulaire d'un diplôme d'État. Il enseigne dans des conservatoires, des universités et au Cours Florent à Paris. Metteur en scène et pédagogue associé à l'Institut Grotowski de Wroclaw (Pologne), il est également spécialiste des arts de transformation.



## GROUPE DE PRIÈRES ET MANTRA DU CVR

Ce groupe WhatsApp, actif tout au long de l'année, offre un espace où les participant(e)s :

- demandent à être soutenu(e)s au moyen de *mantra* et de prières dans l'épreuve de vie qu'ils rencontrent,
- apportent du soutien par les prières et les *mantra*.

Nous vous proposons également deux journées de rencontre pour échanger, pratiquer et trouver des réponses (temps d'échange avec Swāmi Atmarupananda) :

Le dimanche de 9h à 16h30 :    □ 16 novembre 2025    □ 15 février 2026



Ces journées sont  
ouvertes à toutes et tous.

Possibilité de passer  
le week-end au Centre.

Frais de participation  
incluant le repas :  
35 euros.

# ÉCOUTE ET ACCOMPAGNEMENT AU CVR



## Mission

L'équipe d'accueil du CVR offre un espace permettant de se poser pour exprimer des difficultés vécues à une étape de la vie. Un temps pour favoriser l'émergence d'une parole libre dans le cadre neutre, bienveillant et sécurisant de l'ashram.

## L'équipe

- Emmanuelle Dejardin - Amritatma
- Géraldine Farion - Janaki • Prema - Karen Boistel d'Welles
- Angélique Conan - Anjali

Toutes quatre, initiées par Swâmi Veetamohananda, fréquentent régulièrement le Centre védantique Râmakrishna. Cette équipe a été choisie par Swâmi Atmarupananda qui assurera la supervision spirituelle des interventions.

## Pour qui ?

Toute personne qui, sur son chemin, rencontre des souffrances difficiles à surmonter seul(e) et pour qui une écoute bienveillante serait la bienvenue (maladie, burn-out, dépression, deuil, divorce, séparation, aidant/accompagnant, tristesse, sensation de vide ...)

## Les ressources

Un accueil, une présence, une écoute attentive et bienveillante.

Nous vous proposerons les ressources traditionnelles du yoga : *mantra*, prières, asana, pranayama, méditation, exercices énergétiques, reconnexion à la nature, conseils de lecture... Il vous sera également proposé d'intégrer le groupe *Prières-Mantra* du CVR sur WhatsApp pour être accompagné(e). Ce groupe offre un espace où les participant(e)s demandent à être soutenu(e)s dans les épreuves rencontrées au moyen de *mantra* et de prières.

## NOUS RENCONTRER

Envoyez une demande à l'attention de Écoute et accompagnement, par mail à [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

Écoute et accueil en toute confidentialité.

Durée de la séance : 1h.

Fréquence de la permanence : deux fois par mois à partir de septembre, le jeudi et le samedi.

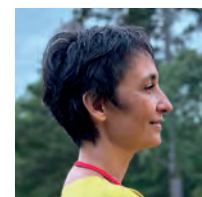
## DATES 2025

- ❑ jeudi 11 septembre
- ❑ samedi 20 septembre
  
- ❑ samedi 4 octobre
- ❑ jeudi 9 octobre
  
- ❑ jeudi 6 novembre,
- ❑ samedi 15 novembre
  
- ❑ samedi 13 décembre
- ❑ jeudi 4 décembre

## DATES 2026

- ❑ jeudi 8 janvier
- ❑ samedi 17 janvier
  
- ❑ jeudi 5 février,
- ❑ samedi 7 février
  
- ❑ samedi 7 mars
- ❑ jeudi 12 mars
  
- ❑ jeudi 2 avril,
- ❑ samedi 18 avril

- ❑ jeudi 7 mai
- ❑ samedi 9 mai
  
- ❑ jeudi 4 juin
- ❑ samedi 6 juin



Votre demande à : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

# HATHA YOGA

## PRATIQUEZ LE YOGA TOUTE L'ANNÉE !

De septembre à juin, des cours sont proposés par des professeurs diplômés issus de différentes fédérations, tous engagés dans la vie du Centre védantique Râmakrishna.



- Les mercredis : de 15h à 16h15.
- Les jeudis : de 19h30 à 20h30.
- Les samedis : de 9h à 10h15 et de 15h à 16h15.

Le yoga, bien plus qu'une simple discipline, est une véritable exploration de soi. Sa pratique repose sur une approche rigoureuse, proche de la démarche scientifique : expérimenter, observer, analyser.

À travers des postures, la respiration et la méditation, il invite à une compréhension plus profonde de notre être.

Le yoga de Patañjali, issu de la philosophie *sāmkhya*, propose une méthode structurée pour explorer à la fois les mondes physique et métaphysique. Le yoga pratiqué aujourd'hui a reçu l'influence bénéfique de tous les systèmes philosophiques de l'Inde et il repose sur trois piliers essentiels :

1. L'expérimentation attentive.
2. L'observation critique.
3. La construction d'un savoir à partir de l'analyse.



Chaque pratique affine le corps, clarifie l'esprit et harmonise les énergies. En cultivant un équilibre entre le physique, le mental et le spirituel, le yoga permet d'éveiller une dynamique intérieure qui nourrit chaque aspect de la vie quotidienne.

Un corps en équilibre, un esprit apaisé et une parole alignée forment une personnalité plus ancrée et épanouie. Venez explorer cette voie au sein du Centre !

# SÉJOUR EN SILENCE

AVEC SWÂMI ATMARUPANANDA



Ces week-ends sont proposés pour retrouver un rythme calme et détendu dans un cadre exceptionnel, loin du rythme des séminaires et de votre quotidien. Il ne s'agit pas d'acquérir de nouvelles méthodes, des 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 paroles 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 et anxiété. Cette retraite vous permettra de retrouver un esprit serein afin de vous offrir une perspective plus juste sur la vie.

Ce ressourcement vous invitera à contacter la 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, au potager ou à la buanderie. Deux journées détendues pour écouter le silence et s'entendre intérieurement.

Avec la participation de :

- Frère Benoît Billot (21 décembre)
- Rabbin Gabriel Hagai (8 février)
- Philippe Yacine Demaison (5 avril)



Inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Activités

Intervenant : Swâmi Atmarupananda

Dates :  4-5 octobre 2025     20-21 décembre 2025  
 7-8 février 2026     4-5 avril 2026     6-7 juin 2026

Durée : 2 jours

Séjour d'été - 5 jours :  15-19 juillet 2026

# ÉVÈNEMENTS

## JOURNÉE PORTES OUVERTES DU CENTRE

Visite guidée de l'ashram, méditation, stands de présentation des activités et programmes de l'ashram au fil de l'année.



## JOURNÉE PORTES OUVERTES DE L'UNIVERSITÉ DE L'HOMME

Visite du campus, présentation des activités et programmes de l'Université de l'Homme, rencontres avec les intervenants tout au long de la journée.

## JOURNÉE INTERNATIONALE DU YOGA

Sous le haut patronage de l'Ambassade de l'Inde.

À l'occasion de la Journée Internationale du Yoga, le Centre védantique Râmakrishna vous propose une journée de rencontre autour du yoga avec des professeurs de différentes traditions.



## RENCONTRE INTERRELIGIEUSE



Râmakrishna comme Vivekânanda 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. Des religieuses et religieux des principales traditions 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.

Programmes détaillés sur le site : [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr) - rubrique Évènements

# MUSIQUE - CONCERT

ENTRÉE LIBRE & SANS INSCRIPTION

## SOIRÉES BHAJAN, KIRTAN ET MANTRA

Florian Westphal et le groupe yoga du chant

■ de 20h30 à 21h30 les samedis :

■ 27 septembre 2025

■ 18 octobre 2025

■ 10 janvier 2026

■ 14 février 2026

■ 11 avril 2026

## CONCERT

### MUSIQUE CLASSIQUE HINDOUSTANI

Dattatreya Velankar, chant et harmonium, Yogeesh Bhat

■ 19 octobre 2025 à 15h00



Groupe Yoga du chant



Dattatreya Velankar

A light blue mandala with a central circle containing the text 'CVR'. The mandala is composed of intricate, repeating patterns of stylized leaves and petals, creating a symmetrical, circular design. The central circle is a solid light blue color, and the text 'CVR' is written in a bold, sans-serif font within it. The overall aesthetic is clean and modern, with a focus on geometric and organic shapes.

**CVR**

# UNIVERSITÉ DE L'HOMME

## PRÉSENTATION

“ La connaissance mène à l'unité comme l'ignorance conduit à la diversité. ”

Śrī Ramakrishna

“ Y a-t-il quelque chose qu'il faille davantage enseigner que l'unité de l'univers et la foi en soi-même ? ”

Swâmi Vivekânanda



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 Vivekânanda, **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 exprimons 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. ”

Swâmi Vivekânanda, *Les Yogas Pratiques*

C'est dans cet esprit que Swâmi Veetamohananda, président du Centre védantique de Gretz de 1994 à 2019, a fondé l'Université de l'Homme. Une université de l'Homme total, intégral ou universel, prolongeant ainsi l'œuvre de son prédécesseur, Swâmi Siddheswarananda (président de 1937 à 1957). Les premières formations y ont été dispensées en septembre 2014.

À l'image des **quatre yogas** — le yoga du service (*karma yoga*), de l'amour (*bhakti yoga*), de la connaissance (*jñāna yoga*) et de la méditation (*rāja yoga*) — qui invitent chacun à éveiller les potentialités présentes en lui, l'Université de l'Homme propose des formations visant à développer l'excellence de la personnalité humaine, pour le bien de chacun et celui de l'humanité tout entière.



Sous le haut patronage de S.E. M<sup>me</sup> Ruchira Kamboj, ambassadrice de l'Inde auprès de l'Unesco, l'Université de l'Homme a lancé en juin 2017, à l'occasion des Journées Internationales du Yoga, 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 de yoga védique (IRPYV).

S'engager dans l'Institut, c'est se donner le temps pour transformer son Être à travers le Yoga, tout en participant activement à la vie du Centre. Ce cursus vise à développer l'autonomie, la transmission des connaissances et le service à la société. L'Institut de recherche et de pratique de yoga védique est un espace pour les chercheurs.

C'est dans cette dynamique d'ouverture qu'en septembre 2019 Swâmi Atmapriyananda, vice-chancelier du *Ramakrishna Mission Vivekananda Educational and*

*Research Institute (RMVERI)*, a effectué une première visite au CVR. Il a alors rencontré les enseignants de l'Université de l'Homme et étudié les possibilités d'un partenariat avec le RMVERI. Il est revenu en avril 2025 pour discuter des échanges qui vont bientôt commencer autour du yoga, et des projets liés au sanskrit qui sont en cours d'élaboration.



**Tous les programmes, conçus et initiés par Swâmi Veetamohananda, sont dorénavant proposés sous l'autorité spirituelle de Swâmi Atmarupananda, président du Centre védantique de Gretz.**

# RAPPEL DES FORMATIONS • ÉTÉ 2025

□ 30 juin au 8 juillet 2025

## SE DÉCOUVRIR AVEC L'ÉNERGIE DES CONSTELLATIONS SELON LE JYOTISH

AVEC ISABELLE IMBERT

L'intention est un éclairage sur nous-même. En nous éclairant, nous faisons apparaître le chemin. Il s'agit de percevoir, ressentir et vivre la réalité qui constitue notre essence profonde.

□ 5-6 Juillet 2025

## YOGA VÉDIQUE • S'OUVRIRE À LA DIMENSION INFINIE DE L'ÊTRE

AVEC ADELINE DÉPRAZ-DÉPLAND – DEVALINA  
ET LAURE CACCAVELLI – HAMSINI

Relions-nous au monde qui nous entoure, à la nature, aux étoiles, à l'univers tout entier vers l'infiniment grand ; glissons dans la profondeur de nous-même, les cellules, les atomes, les particules, vers l'infiniment petit.

□ 12-14 juillet 2025

## DANSE – NATURE & HUILES ESSENTIELLES

AVEC JULIE OOSTHOEK – RADHA

Dans ce séminaire, nous fonderons notre recherche sur notre relation à la nature. Nous danserons en intérieur et en extérieur (sous réserve de la météo) dans le magnifique cadre que propose le Centre védantique, et plongerons dans l'univers des huiles essentielles.

□ 14 au 19 juillet 2025

## YOGA MATERNITÉ NAISSANCE

AVEC MARTINE TEXIER - PARAMESVARI

Stage d'été : Accouchement, naissance – un chemin initiatique

□ 21-27 juillet 2025

## APPROFONDISSEMENT DU YOGA VÉDIQUE

AVEC DR LISE QUEGUINER  
ET SERGE LELANDAIS – BHAKTARAJ

Comment l'étude de morceaux choisis de l'Évangile de Śrī Râmakrishna peut-elle nous aider à réaliser notre incarnation humaine, notre incarnation spirituelle et divinisée ?

□ 28 juillet-1<sup>er</sup> août 2025

## YOGA NIDRA SELON LA TRADITION VÉDIQUE

AVEC SWÂMI ATMARUPANANDA  
ET MARTINE TEXIER – PARAMESVARI

Le yoga nidra védique, issu des textes sacrés indiens (*veda, upanishad*), est une pratique universelle accessible à tous. Il vise la découverte de la vraie nature de l'être.



Programmes détaillés et inscription sur : [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr) - Rubrique Séminaires

# CURSUS - FORMATIONS CERTIFIANTES

## INSTITUT DE RECHERCHE ET DE PRATIQUE DE YOGA VÉDIQUE

« *L'homme ne progresse pas de l'erreur vers la vérité, mais de vérités en vérités, d'une vérité moindre à une vérité plus grande.* »

Swâmi Vivekânanda



L'Institut de recherche et de pratique de yoga védique est un espace vivant de recherche collective, destiné à celles et ceux qui souhaitent devenir acteur-riche-s de leur propre transformation et explorer, en lien les un-es avec les autres, les concepts du *vedānta* à la lumière de leur quotidien.

### Un chemin de chercheur-euse

Rejoindre l'Institut, c'est quitter les rôles d'élève ou d'enseignant pour entrer dans une posture de chercheur-euse. C'est se défaire de ses certitudes, cultiver l'observation, la curiosité, la pensée critique et la discrimination dans sa pratique comme dans sa manière d'être au monde.

C'est aussi apprendre à mobiliser ses ressources intérieures, à créer ses propres moyens d'action, à développer une autonomie intérieure pour traverser les défis de la vie, pour s'engager dans un chemin de transformation à partir des enseignements du *vedānta*.

C'est enfin s'autoriser à expérimenter, à s'exprimer, à partager, pour nourrir une culture vivante du *vedānta*, ancrée dans l'expérience, dans la pluralité des voix, dans la diversité des formes.

Ce programme s'inscrit dans la durée. Il invite à s'engager pas à pas dans une recherche au long

cours, qui accompagne les cycles de transformation profonds, personnels et collectifs. La continuité de cette démarche sur plusieurs années est encouragée, chacun-e vient y puiser selon son propre rythme.

### Une recherche vivante et collective

La démarche de l'Institut s'appuie sur les quatre voies du yoga (*karma yoga, bhakti yoga, jñāna yoga et rāja yoga*) et sur les textes fondateurs tels que la *Bhagavad Gītā*, les *Yoga Sūtra* de Patañjali, ainsi que les enseignements de Śrī Ramakrishna, Swâmi Vivekânanda et Sarada Devi.

L'exploration des concepts du *vedānta* se fera au travers de pratiques variées : méditation, yoga, chant et récitation de *mantra*, pratiques artistiques, étude des textes, cercles de réflexion... Chaque chercheur-euse est invité-e à exprimer sa singularité dans un cadre bienveillant et structurant, où la créativité devient un outil d'intégration et de transformation.

Le chemin se fera en groupe : l'intelligence collective et la co-construction sont au cœur de la démarche. Les chercheurs avancent ensemble, dans une dynamique d'écoute, de partage, de soutien mutuel. Le groupe devient ainsi un véritable laboratoire vivant, un miroir et un levier d'évolution.

## Une visée : universaliser l'expérience par une création collective

L'Institut, en tant que programme de recherche, s'engage à produire en fin d'année une œuvre collective (écrite, visuelle, sonore ou multimédia selon l'élan du groupe), témoignant des apprentissages vécus. Cette publication vise à rendre les fruits de la recherche accessibles, partageables, et à nourrir une culture vivante, ancrée et universelle du *vedānta*.

## En 2025, le thème de recherche proposé est : se libérer des attachements.

Cette année, le thème qui orientera la recherche sera celui des attachements. Nous explorerons comment ils prennent forme en nous, comment les reconnaître, les accueillir, s'en détacher, ou les transformer – à la lumière des enseignements du *vedānta* et de nos expériences vécues.

### CADRE PÉDAGOGIQUE ET ORGANISATION DE LA FORMATION

#### 1. Structure de la formation sur 4 ans

La formation est organisée sur un cycle de 4 ans, chacun renouvelable. Chaque année constitue un pas supplémentaire dans l'intégration du yoga védique, de la recherche intérieure et de la mise en pratique.

#### 2. Modalités de renouvellement annuel

À la fin de chaque année, un temps de bilan et de partage sur le chemin parcouru permettra d'envisager ensemble la suite du parcours.

#### 3. Conditions pour l'obtention du certificat final

Le certificat de l'Institut sera délivré à l'issue du cycle de 4 ans, sur la base de la participation active, de la continuité du cheminement, de la contribution aux projets collectifs et d'une transformation intérieure manifeste.

#### 4. Évolution des thématiques de recherche

Chaque année s'ouvrira sur un thème de recherche, fruit d'une co-création collective en fin d'année précédente. Ce fil rouge guidera l'exploration des différentes dimensions du chemin védantique.

#### 5. Accompagnement et supervision continue

L'équipe d'accompagnant.e.s assure une présence continue tout au long des quatre années, offrant un soutien bienveillant, une écoute attentive et un cadre structurant pour accompagner chaque chercheur.euse dans l'approfondissement de sa démarche.

#### 6. Possibilité d'interruption ou de sortie en cours de cycle : Liberté de cheminement

Chaque année constitue un cycle complet en soi. Il est possible de ne pas poursuivre l'intégralité des quatre années : chacun.e est libre d'interrompre son parcours à la fin de l'année en cours, sans justification ni conséquence.



## Une équipe accompagnante

Élodie et Devalina accompagneront cette recherche en s'engageant pleinement dans le processus aux côtés des participant·es. Leur expérience respective nourrira le cadre proposé, avec l'intention d'aider chacun·e à mieux se connaître, à s'épanouir et à trouver sa propre voie de pratique et d'expression.



Poussée par la curiosité de comprendre le fonctionnement de la vie, **Devalina** a d'abord étudié, puis enseigné la chimie. Elle s'est en parallèle formée à l'école de yoga de l'Énergie d'Évian, dans ce même désir de connaissance de soi et de la nature. Sa participation à l'Institut de recherche et de pratique de yoga védique à Gretz lui a permis de s'engager pleinement sur un chemin de transformation en mettant la dimension spirituelle au cœur de sa pratique, de son quotidien et de sa transmission. Elle poursuit sa recherche personnelle et transmet le yoga, avec justesse et sensibilité, dans le souhait d'accompagner chacun vers l'expérience de sa propre dimension infinie.



**Élodie** est animée par un élan profond : celui de se libérer soi-même pour le bien du monde et d'accompagner d'autres êtres – individuellement et collectivement – sur ces chemins de transformation. Sa pratique s'inscrit dans cette quête, comme voie d'unification entre l'engagement spirituel et le service au monde.

Formatrice, facilitatrice en intelligence collective et accompagnante des transformations d'organisations, Élodie allie une riche expérience dans la direction d'organisations de l'économie sociale et solidaire avec sa pratique du *hatha yoga* traditionnel (CEFYT), de l'astrologie védique (EIVS), du coaching, de la communication non violente (AFFCNV), de l'intelligence collective. Elle crée des espaces sur mesure où la transformation personnelle et spirituelle soutient l'action individuelle et collective.

Leur accompagnement sera complété par les interventions de Swâmi Atmarupananda, directeur spirituel du Centre. Elles seront ponctuellement rejointes par Yogîndra, Paramesvari, Janaki et d'autres intervenant·es, pour enrichir les approches et les perspectives.

Week-end découverte  11-12 octobre 2025

2 jours :  8-9 novembre 2025       6-7 décembre 2025       17-18 janvier 2026  
 21-22 février 2026       21-22 mars 2026       18-19 avril 2026  
 16-17 mai 2026       13-14 juin 2026

6 jours :  6-11 juillet 2026

Programme détaillé et inscription sur : [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr) - Rubrique Séminaires

# MASSAGE ABHYANGA + SOINS ET TECHNIQUES DE BASE

AVEC VAIDYA RAJALAKSHMI CHELLAPPAN



La formation consiste en une série de trois modules. Chaque module aborde des thèmes variés et comporte des parties pratiques, des parties théoriques, des parties herboristerie avec préparation de produits. La participation à ces modules est ouverte à toutes et tous, sans connaissance préalable en ayurveda. L'enseignement est progressif.

Le massage *abhyanga* est une pratique ayurvédique qui consiste en l'application d'huiles chaudes sur tout le corps. Ce massage est conçu pour équilibrer les *dosha* (énergies vitales) et le bien-être global. L'*abhyanga* est un massage régénérant aux multiples bienfaits. L'objectif est de permettre aux participants de découvrir l'ayurveda et d'acquies les bases de massage ayurvédique pour une utilisation personnelle (soin des cures *panchakarma*).

## THÈMES ABORDÉS\* :

### □ Du 20 au 25 octobre 2025

Initiation à l'ayurveda et base du massage ayurvédique à l'huile (*abhyanga*)

- *Sarvanga abhyanga* : massage ayurvédique de tout le corps.

Massage des parties du corps :

- *Shiro abhyanga* : tête et épaule.
- *Mukha abhyanga* : visage.
- *Pada* (pieds) et *hastha* (mains) *abhyanga*.
- *Abhyanga* basé sur la *prakriti* (constitution énergétique unique de chacun).
- *Abhyanga* basé sur les *chakras* (circuits/roues énergétiques du corps humain).
- *Shirodara* : soin spirituel – recherche de soi – énergétique en lien avec les *veda*.

### □ Du 23 au 28 février 2026

Soin des organes des sens – *Jnanendriyas* :

- *Nasya* : soin pour le nez.
- *Akshi Tarpana* : soin des yeux.
- *Karna poorana* : soin des oreilles.
- *Ramya* : soin de la peau et beauté.

- *Svedana* : purification par la transpiration (pochons, vapeur, etc.).
- *Talam, lepam, tharpanam* : soin et gommage par les plantes.
- *Massage sukshma* : massage subtil utilisant les canaux énergétiques.

### □ Du 20 au 25 avril 2026

Les points marma :

- *Udvardana-karshana abhyanga* : massage avec poudre sèche (cellulite, etc.).
- *Nearabhyanga* : drainage lymphatique.
- *Bastikarma* : soin du colon, dos, ventre, genou.

\* les thèmes sont susceptibles d'être modifiés.

Intervenante : Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Module 1 : □ 20 au 25 octobre 2025

Module 2 : □ 23 au 28 février 2026

Module 3 : □ 20 au 25 avril 2026

Durée : 6 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr) - Rubrique Séminaires

# HERBORISTERIE AYURVEDA

AVEC VAIDYA RAJALAKSHMI CHELLAPPAN



## Principes ayurvédiques et leur application au quotidien

La formation consiste en une série de trois modules.

Chaque module aborde des thèmes variés et comporte des parties pratiques, des parties théoriques, des parties herboristeries avec préparations de produits. La participation à cette formation est ouverte à toutes les personnes ayant déjà les connaissances de ce qui est étudié en « Massage *abhyanga*, soins et techniques de base ». L'enseignement est progressif.

L'herboristerie en ayurveda est une partie essentielle de cette tradition indienne ancienne qui utilise les plantes et les herbes pour maintenir et restaurer la vitalité. Fondée sur des principes ayurvédiques anciens, cette pratique vise à équilibrer les énergies vitales du corps et à améliorer le bien-être général.

## THÈMES ABORDÉS\*

### □ Du 2 au 7 mars 2026

- Immunité : renforcer son système immunitaire avec le principe ayurvédique.
- États psychologiques : conseils ayurvédiques pour soulager stress, angoisse, dépression.
- Système digestif : *agni*, feu digestif, détox, élimination des déchets.
- Méthode de purification de l'eau.

### □ Du 27 avril au 2 mai 2026

- Problèmes ORL: combattre les conditions de déséquilibre, poumons, nez, gorge, etc.
- Cœur et symptômes circulatoires : forcer le système circulatoire et cœur.
- Hormones, hygiène féminine : équilibrer les hormones et maintenir le système féminin, ménopause, etc.

### □ Du 6 au 11 juillet 2026

- Peau, beauté, préparation des soins cosmétiques : soins et compléments pour la beauté.
- Migraine, insomnie, trouble de sommeil : point de vue et solutions.
- Douleurs des os : recommandations ayurvédiques.
- *Prakriti*, saisons et températures : constitution fondamentale, régime pour les saisons, maintien des variations des températures.

\* les thèmes sont susceptibles d'être modifiés.

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr) - Rubrique Séminaires

Intervenante : Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Module 1 : □ 2 au 7 mars 2026

Module 2 : □ 27 avril au 2 mai 2026

Module 3 : □ 6 au 11 juillet 2026

Durée : 6 jours

# MARMATHÉRAPIE

AVEC VAIDYA RAJALAKSHMI CHELLAPPAN



**Technique du Sud de l'Inde traditionnellement transmise de maître à élève.  
Cette technique utilise différents moyens pour stimuler les points *marma*.**

La formation consiste en une série de trois modules. Chaque module est unique sur les thèmes abordés et comporte une partie pratique et une partie théorique. L'enseignement est progressif.

L'objectif est de permettre aux participants de découvrir et d'acquérir les bases de la marmathérapie pour une utilisation personnelle.

## THÈMES ABORDÉS\*

### □ Du 27 octobre au 1<sup>er</sup> novembre 2025

- *Varma dhyana* : stimulation des points énergétiques avec des méditations *varma*.
- *Prânâyâma* : booster les points *marma* par la concentration et le souffle.
- *Mantra* : récitation des *mantra* et utilisation de sons d'instruments traditionnels pour régulariser les canaux d'énergie.

### □ Du 16 au 21 février 2026

- *Oushada (Oshadhi)* : préparations de produits à base de plantes sacrées pour stimuler certains points *marma*.
- *Asana et mudra* : postures recommandées pour activer les points *marma* et régulariser les canaux d'énergie.

### □ Du 13 au 18 avril 2026

- *Dhara* : écoulement de *ghee*, d'huile, de décoctions avec des plantes, tisanes pour stimuler les points *marma*.
- *Nokku varma* : stimulation des points *marma* par la concentration visuelle.
- *Varma thadaval et thundal* : stimulation des points *marma* par pressions glissées.

- *Mani* : utilisation des pierres et basma de pierres pour stimuler, booster et régénérer les points *marma*.

30 à 40 points *marma* abordés sur les thèmes suivants :

- Système immunitaire ; troubles gériatriques.
- Psychologie : stress, angoisse, dépression.
- Système digestif.
- Problèmes ORL: poumons, nez, gorge.
- Système cardio-vasculaire.
- Système endocrinien : hormones, cycle féminin, ménopause.
- Maladies auto-immunes.
- Migraines, insomnies, troubles du sommeil : points de vue et solutions.
- Douleurs osseuses, articulaires, neurologiques.
- Désordres infantiles, troubles du sommeil, de l'attention, autisme.

\* les thèmes sont susceptibles d'être modifiés.

Intervenante : Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Module 1 : □ 27 octobre au 1<sup>er</sup> novembre 2025

Module 2 : □ 16 au 21 février 2026

Module 3 : □ 13 au 18 avril 2026

Durée : 6 jours

# VOYAGE AYURVÉDIQUE EN INDE

## UNE IMMERSION UNIQUE AU CŒUR DES GHATS OCCIDENTAUX

AVEC VAIDYA RAJALAKSHMI CHELLAPPAN

□ Du 8 au 24 août 2026

**Réservé aux personnes ayant suivi les trois modules d'*abhyanga***

Partez pour un voyage initiatique au sein des Ghats occidentaux, une chaîne de montagne classée au patrimoine mondial de l'Unesco réputée pour sa biodiversité exceptionnelle.

Ce séjour est une opportunité unique pour approfondir vos connaissances en ayurveda – de la théorie à la pratique – en explorant les plantes thérapeutiques directement dans leur habitat naturel.



**Ce que ce voyage vous apportera :**

### Un apprentissage théorique et pratique

- Approfondissement des principes fondamentaux de l'ayurveda.
- Identification et collecte de plantes thérapeutiques dans les Ghats occidentaux.
- Formation au processus traditionnel de préparation :
  - 1 huile régénérative
  - 3 poudres *churnas* (mélanges de plantes en poudre)
  - 1 *basma* (préparation de nanoparticule minérale)
  - 1 huile anti-douleur
  - 1 tonique mémoire
  - 1 *lehyam* (confit ayurvédique fortifiant)

### Une expérience holistique et spirituelle

- Méditation quotidienne et pratiques de réveil du corps.
- Participation à une *puja* (rituel d'offrandes) dans un *goshala* (refuge pour vaches).
- Découverte de temples majestueux dont l'ascension du Temple Perumal Vishnu.



### Immersion au cœur de la nature

- Visite d'une plantation de thé et découverte des savoir-faire locaux.
- Promenades dans des cadres naturels exceptionnels.
- Exploration de villages traditionnels au pied des montagnes.

## Programme détaillé :

**8 août** Départ vers l'Inde, accueil chaleureux et visite d'un village authentique.

**9 août** Soins ayurvédiques personnalisés selon vos besoins (2 heures par personne).

### 10 au 14 août

- Collecte de plantes thérapeutiques dans la montagne.
- Étude des propriétés des plantes et introduction aux techniques de transformation ayurvédique.

### 15 au 19 août

- Atelier de préparation : fabrication de vos propres remèdes ayurvédiques.
- Application des enseignements reçus pendant votre formation.

**20 août** Ascension du Temple Perumal Vishnu, site sacré offrant une vue panoramique.

**21 août** Visite d'une plantation de thé et initiation aux techniques de culture.

**22 août** Immersion dans un *goshala* avec *puja* et offrandes à Natumadou.

**23 août** Découverte des commerces : artisanat, épices, huiles et souvenirs, etc.

**24 août** Vol retour avec des remèdes faits main et une expérience inoubliable.

## RYTHME QUOTIDIEN

- 7h-8h..... Méditation et réveil du corps.
- 8h-9h..... Petit déjeuner.
- 9h30-17h..... Activités variées : récoltes, préparations, visites (avec 1h de pause déjeuner).
- 19h-20h..... Dîner aux saveurs locales.
- 20h30 Marche digestive pour intégrer la journée en douceur.

## À PRÉVOIR

- Tenue vestimentaire correcte notamment pour les lieux sacrés.
- Bonne paire de baskets pour les randonnées en montagne.

## POURQUOI REJOINDRE CE VOYAGE ?

- Pour approfondir vos compétences en *ayurveda* grâce à une formation immersive.
- Pour créer vos propres remèdes sous la supervision de Vaidya Rajalakshmi Chellappan.
- Pour vivre une transformation intérieure alliant sagesse authentique et nature préservée.
- Pour partager une aventure humaine et spirituelle au sein d'un groupe passionné.

**Places limitées – Inscrivez-vous dès maintenant pour cette expérience exceptionnelle !**

## Prêts à explorer l'essence vivante de l'ayurveda ?

### INFORMATIONS IMPORTANTES

Modifications éventuelles : ce programme est susceptible d'être modifié selon les conditions locales, la météo ou des circonstances imprévues. Nous vous tiendrons informés de tout changement.

Le programme est conçu pour vous offrir une expérience enrichissante tout en étant adaptable aux circonstances locales.

# YOGA MATERNITÉ NAISSANCE

AVEC MARTINE TEXIER - PARAMESVARI ET LE DR DOMINIQUE LEYRONNAS



En reliant les parents à leur être profond, le yoga favorise une connexion intime avec le bébé, de cœur à cœur, pour accueillir cette âme venue de l'Infini – une dimension sacrée de la Vie. La relation parents-enfant se tisse alors dans la plénitude de l'être, portée par un 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, ventre précieux,
- 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 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 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.

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 de un à plusieurs week-ends, ou le 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 partagé. Ils sont invités à vivre véritablement leur rôle tout au long des neuf mois d'accompagnement de la grossesse – non seulement pendant ce temps de grâce de la grossesse mais aussi le jour de la naissance – et ils ont besoin du yoga pour se mettre au diapason s'ils souhaitent être pleinement présents pour le bébé et la maman.

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. Ce sont les couples qui sont invités aux week-ends et aux stages, pas seulement les mamans !

## DIPLÔME

La formation se déroule sur deux ans. Chaque année comprend cinq week-ends et une semaine de stage en juillet. Pour obtenir le diplôme « Yoga Maternité Naissance » il est demandé d'avoir participé aux dix week-ends de la formation (cinq par an) et fait les deux stages d'une semaine en juillet (un par an).

Un examen en trois parties clôturé la formation :

1. Une partie pratique : construction d'une séance de Yoga Maternité et son enseignement devant le groupe.
2. Une partie théorique : questions sur le programme des deux ans.
3. La soutenance devant le groupe d'un mémoire d'une trentaine de pages.

## Programme 2025-2026 : « Yoga Maternité Naissance et les synthèses »

1. ☐ 20-21 septembre 2025 ..... synthèse respiration
2. ☐ 22-23 novembre 2025 ..... synthèse énergie
3. ☐ 31 janvier-1<sup>er</sup> février 2026 ..... synthèse mouvement de l'infini
4. ☐ 7-8 mars 2026 ..... synthèse douleur-intensité
5. ☐ 30-31 mai 2026 ..... synthèse connaissance de soi



## STAGE D'ÉTÉ

☐ 20 au 25 juillet 2026 : Yoga Maternité Naissance et les cinq prana.

### MARTINE TEXIER - PARAMESVARI

Formatrice en yoga, yoga nidra védique et yoga maternité naissance à l'Université de l'Homme. Elle a suivi avec joie l'enseignement de Swâmi Veetamohananda depuis 2013. 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. Depuis plus de quarante ans, elle est animée par la joie de la transmission et par une recherche renouvelée pour rendre les outils du yoga encore plus performants. Elle est également auteure de plusieurs livres.



Intervenants : Martine Texier - Paramesvari  
et Dr Dominique Leyronnas

Durée : 2 jours (chaque session)

Durée : 6 jours (stage d'été)

Programme détaillé et inscription  
sur [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires



# VEDĀNTA, LA SCIENCE SACRÉE

AVEC SWĀMI ATMARUPANANDA ET MARTINE TEXIER - PARAMESVARI



## MANTRA

*Mantra*. Il s'agit d'un mot sanskrit qui est désormais bien connu, même dans les langues occidentales. Nous parlons par exemple du *mantra* d'un parti politique particulier, c'est-à-dire d'une phrase qu'il répète sans cesse pour faire passer son message, ou du *mantra* des pédagogues modernes, ou encore du *mantra* du mouvement écologiste.

Le terme a fini par désigner une phrase répétée à l'infini pour résumer un message d'une manière simple et compréhensible par tous.

Cet usage vient de ce qu'est réellement un *mantra*. Il s'agit d'un mot ou d'une phrase qui renferme un monde de sens. Les meilleurs *mantra*, en fait, résument le « sens » lui-même, la vérité elle-même. Les *mantra* sont utilisés dans toutes les traditions religieuses qui ont vu le jour en Inde : l'hindouisme depuis l'époque des anciens *veda*,

le bouddhisme, le jaïnisme et le sikhisme. Les *mantra* sont utilisés dans l'islam, dans le christianisme orthodoxe, dans le judaïsme mystique, dans les traditions païennes.

Dans la tradition Râmakrishna, bien qu'il existe une multitude de pratiques spirituelles, le *mantra* est la plus utilisée. Si l'on entre dans un sanctuaire ou un temple Râmakrishna au moment de la méditation, on est sûr de voir des moines et des dévots assis, répétant leur *mantra*.

Une pratique utilisée aussi largement, par des traditions aussi diverses, doit contenir une grande vérité. C'est cette vérité que nous allons découvrir au cours de cette année académique de l'Université de l'homme, à travers deux séminaires de cinq jours.

Cette série enseignera la théorie et la pratique des *mantra*. Elle s'adresse aux nouveaux venus, à ceux qui attendent l'initiation et à ceux qui ont déjà été initiés.

### La science du *mantra*

□ 23-27 février 2026

Dans ce séminaire nous apprendrons la science du *mantra*. On peut pratiquer le *mantra* avec profit, même si l'on n'en comprend pas grand-chose. Mais comme pour tout dans la vie, la connaissance apporte la lumière, le pouvoir et l'efficacité. Connaître la science du *mantra* améliore grandement notre pratique.

### Le japa, ou la répétition du *mantra*

□ 20-24 avril 2026

Dans ce 2<sup>e</sup> séminaire, nous apprendrons les différentes façons de pratiquer le *mantra*. Oui, on peut simplement le répéter encore et encore, et cela nous fera du bien ; mais si nous ajoutons des méthodes à notre pratique, elle devient beaucoup plus vivante et efficace. Tel est l'objectif de ce séminaire.



Intervenants : Swami Atmarupananda et Martine Texier - Paramesvari

Dates : □ 23-27 février 2026

□ 20-24 avril 2026

Durée : 5 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

# APPRENDRE LE SANSKRIT

AVEC YVES BAUDRON



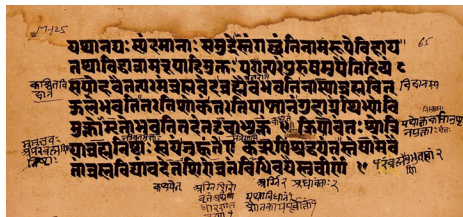
## Pourquoi apprendre le sanskrit ?

Le sanskrit est la clé pour comprendre les racines de notre culture et l'étymologie de nombreux mots. Il ouvre l'accès aux vastes bibliothèques de textes anciens et développe la mémoire, l'analyse et la synthèse. Plus qu'une langue, c'est un outil structurant pour la pensée.

Appelé « **langue des dieux** » en Inde, le sanskrit se distingue par sa richesse sonore et l'énergie vibratoire qui s'en dégage. Selon la tradition, l'étude de la science des *mantra* développe la maîtrise de l'univers sonore, pour comprendre l'essence même de la création et approcher la Vérité ultime. La vibration primordiale est le son « **Om** » que les yogis entendent en méditation.

## Une langue toujours vivante

Contrairement au grec ancien ou au latin, le sanskrit n'a jamais cessé d'être utilisé. Il a longtemps été la langue des savoirs en Inde et reste aujourd'hui l'une des 22 langues officielles du pays. Il est encore enseigné dans plusieurs États et pratiqué comme une langue vivante dans les centres monastiques fondés par Shankara.



## L'enseignement proposé

Depuis 1995, ce cours aborde le sanskrit comme un yoga de l'esprit, visant à intégrer la compréhension des textes classiques de l'*advaita vedānta* dans la vie moderne de chaque jour.

Cinq fois par an, un séminaire de trois jours est proposé durant lequel sont pratiqués : l'analyse grammaticale et logique, la prononciation, l'étude de textes védantiques, la pratique du chant traditionnel. Les élèves, suivis individuellement, travaillent par correspondance ou au Centre, selon leur rythme personnel.

Formation ouverte à toute personne intéressée ;  
aucun prérequis, aucune sélection,  
seule la motivation compte !



Intervenant : Yves Baudron

- Dates :
- 11 au 13 septembre 2025
  - 20 au 22 novembre 2025
  - 22 au 24 janvier 2026
  - 5 au 7 mars 2026
  - 7 au 9 mai 2026

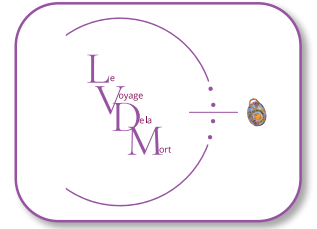
Durée : 3 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires



# CYCLE LE VOYAGE DE LA MORT

AVEC SWÂMI ATMARUPANANDA ET GÉRALDINE FARION - JANAKI



Ce cycle de trois séminaires cherche à assimiler ce qu'est la mort, à explorer qui meurt, à tenter d'entrer en amour avec elle et à se préparer à accompagner un proche dans ce passage.

Nous nous donnerons les moyens de l'accompagner le moment venu puis d'envisager l'absence, le deuil. Nous verrons que la mort est un passage naturel, un nouveau bassin traversé pour une nouvelle naissance, qu'elle soit humaine ou céleste.

Cette année, Le Voyage s'enrichira de la présence d'invitées et tissera des liens avec certains séminaires se déroulant au même moment. À l'heure où nous finalisons cette brochure, les invitées du Voyage pour cette année sont **Angélique Conan – Anjali** et **Prema - Karen Boistel d'Welles**. D'autres invités surprises seront à découvrir sur le moment.

## DÉCOUVRIR LA MORT

□ 29-31 octobre 2025

« Si tu veux apprendre à bien vivre, apprends auparavant à bien mourir » Sénèque.

La mort est une étape de la vie elle-même, elle fait partie de cycle éternel de la transformation. Il y a une tendance à nier la mort aujourd'hui, à nous faire croire qu'elle n'est pas naturelle. Mourir est un passage et la vie nous permet de nous y préparer.

La mort n'est pas un objet, elle ne s'observe pas. C'est un processus qui ne peut que s'expérimenter. C'est peut-être pour cela qu'elle crée autant de peurs et de questionnements.

### Ce séminaire abordera les questions suivantes :

Qu'est-ce que mourir ? Assimiler notre propre mortalité : qui meurt ? Le corps ? Le Soi ? De qui parlons-nous ? Embrasser la mort avec amour : délier les nœuds du cœur.

## UN CHANT D'AMOUR ET DE MORT, SE PRÉPARER À ACCOMPAGNER UN PROCHE DANS LE PASSAGE

□ 18-20 février 2026

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 confronté 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.

Ce séminaire abordera :

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, expérimenter que tout ceci n'est qu'illusion et plonger dans l'océan d'amour pur.

Le temps du mourir : les étapes. Parce qu'accompagner c'est accepter de laisser partir, nous expérimenterons notre capacité à laisser-partir.

Mourir à moi pour naître à soi : être au service

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 Swâmi Atmarupananda autour d'un Feu Homa.

## DU PASSAGE AU DEUIL

□ 15-17 avril 2026

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

### D'une rive... : l'accompagnement de notre proche à quitter son corps.

C'est avec le cœur et l'âme que nous entrerons 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.

### 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 sacralisons

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 entre ces deux rives : le pré-deuil

C'est un processus particulier parce qu'il oppose des réalités contradictoires. Nous les aborderons, échangerons et écouterons **La grande bénédiction après le deuil** par Swâmi Vivekânanda.



### 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 reprend 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 collectif, qu'individuel ou en atelier. 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 Swâmi Veetamohananda lui permet d'assumer pleinement son engagement spirituel et de le vivre totalement au quotidien.



Intervenants : Swâmi Atmarupananda et Géraldine Farion – Janaki

Dates : □ 29-31 octobre 2025  
□ 18-20 février 2026  
□ 15-17 avril 2026

Durée : 3 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires



# LA BHAGAVAD GĪTĀ ET LES UPANIṢAD AUJOURD'HUI

DES GUIDES ÉTERNELS ET ACTUELS  
POUR LE DÉVELOPPEMENT SPIRITUEL AVEC 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 fondées sur plusieurs chapitres clés de la *Bhagavad Gītā*, des extraits

de quelques *upaniṣad* et d'autres textes, afin que chacun en dégage sa propre voie de transformation spirituelle. Il s'appuiera sur l'étude des textes eux-mêmes en sanskrit, sur les commentaires qu'en a donnés Śankarācārya, le grand sage du VIII<sup>e</sup> siècle, ainsi que sur 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 *mantra* seront proposés. Des échanges et des partages d'expérience trouveront naturellement leur place afin d'intégrer personnellement les textes et leur vibration en soi-même, en particulier par une approche facile du sanskrit. Des séances de yoga pour mettre le corps en disposition de recevoir, le chant de *mantra*, un *yoga nidra* pour élever le niveau de conscience seront aussi proposés au fil de ces deux jours, ainsi que la participation à toutes les activités spirituelles de l'ashram (méditations, *pūjā*, *arati*, etc...).



## 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, Swāmi 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 *mantra* 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, du chant des *mantra*, des conférences, etc.

### □ 13 – 14 déc. 2025 – LE MANTRA GĀYATRĪ ANALYSÉ PAR LES UPANIṢAD ET D'AUTRES TEXTES.

Le *mantra Gāyatrī* trouve son origine dans le *R̥gveda* et il a été abondamment commenté dans diverses *upaniṣad*, en particulier la *Chāndogya upaniṣad*, la *Bṛhadāraṇyaka upaniṣad*, la *Mahānārāyaṇa upaniṣad*, et d'autres textes. Nous explorerons son immense potentiel spirituel selon ce qu'en disent les textes sacrés et les sages qui en ont parlé. Notre pratique du chant du *mantra* évoluera au fil de l'approfondissement de notre compréhension. Ce séminaire sera également vécu comme une préparation spirituelle à l'anniversaire de Śrī Sarada Devi qui sera célébré le 14 décembre.

### □ 14 – 15 février 2026 – LA VOIE DE LA LIBÉRATION PAR LE RENONCEMENT selon le chapitre 18 de la *Bhagavad Gītā* et le *Mahāmṛtyumjaya mantra*, ainsi que d'autres textes tirés des *upaniṣad*.

Le dix-huitième chapitre de la *Bhagavad Gītā* présente une approche globale de tout l'enseignement délivré par Kṛṣṇa à son disciple Arjuna. Il approfondit le yoga de l'action et l'influence des trois *guṇa*, et présente l'action comme une pratique du yoga de la dévotion. La libération, *mokṣa*, en est l'aboutissement logique. L'abandon, *tyāga*, et le détachement, *vairāgya*, sont des atouts essentiels et nécessaires pour vivre ce que décrit le *Mahāmṛtyumjaya mantra* (*Om tryambakam*) : « comme un fruit mûr tombe de l'arbre, puissé-je être libéré de la mort et non de l'immortalité (parce qu'elle est en moi de toute éternité) ».

C'est, plongés dans le *jñāna yoga*, que nous nous serons ainsi préparés à la célébration de la *Siva Rātri* qui aura lieu le 15 février au soir, si vous souhaitez y participer.

### □ 30 – 31 mai 2026 – LA DEXTÉRITÉ DANS L'ACTION – Les chapitres 3, 4 et 5 de la *Bhagavad Gītā*

Le chapitre 2 de la *Bhagavad Gītā* décrit une approche de l'ultime Réalité par l'intelligence dans l'action, la méditation et le renoncement. Dans les chapitres 3, 4 et 5, Kṛṣṇa enseigne à Arjuna différentes voies spirituelles vers la libération. Le chapitre 3 met l'accent sur le *karma yoga*, ou l'action désintéressée accomplie sans attachement aux résultats. Le chapitre 4 développe la pratique du *jñāna yoga*, la voie de la connaissance, pour donner un éclairage divin à toutes les actions. Le chapitre 5 affirme que la véritable renonciation réside dans l'abandon de l'attachement, et non pas dans l'abandon de l'action. Nous étudierons ces chapitres pour nous laisser inspirer vers la dimension spirituelle de l'action juste conforme au *dharma*, ou comme le dit la devise de la mission Rāmakrishna : « Pour la libération de soi-même et pour le bien du monde »

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

**Il est conseillé, mais non indispensable d'arriver le vendredi soir pour une première rencontre.**

Programme détaillé et inscription sur : [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

Intervenant : Jacques Bancelin – Yogîndra

Dates : □ 13-14 décembre 2025

□ 14-15 février 2026

□ 30-31 mai 2026

Durée : 2 jours



# ASTROLOGIE VÉDIQUE

AVEC MICHAËL LEBŒUF - VARUNA

Les trois séminaires ci-dessous s'adressent à tous, y compris aux débutants en astrologie.

**Horaires : de 9h à 12h et 14h à 18h le samedi et de 9h à 12h et 14h à 17h le dimanche.**

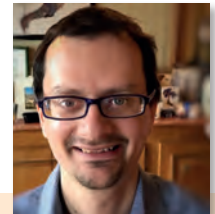
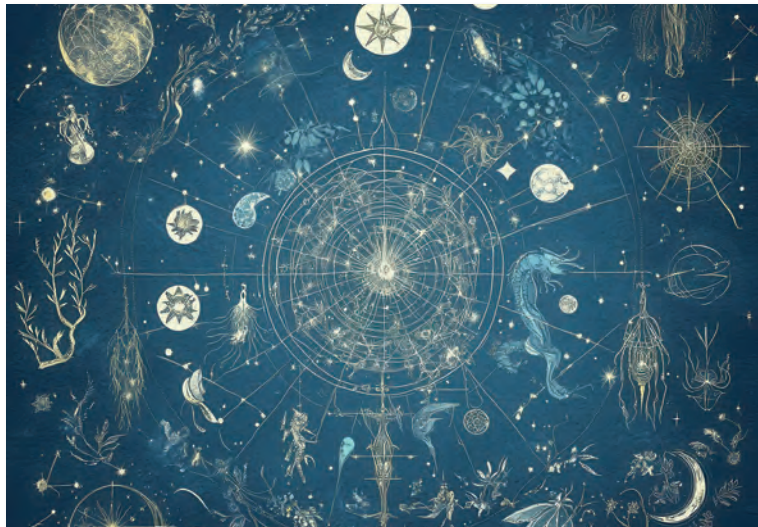
## ASTROLOGIE VÉDIQUE ET CONNAISSANCE DE SOI

### Que nous réserve l'année 2026 ?

□ 29-30 novembre 2025

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 2026. 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 2026 dans le système de période planétaire *Vimshottari Dasa*, qui nous renseigne sur ce que nous vivrons au cours de l'année. Cette étude sera réalisée dans le *rashi*, thème de naissance et dans les *varga*, cartes divisionnaires du couple, de la famille, de la profession et de la santé.



### MICHAËL LEBŒUF - VARUNA

Michaël Lebœuf est astrologue védique, auteur et conférencier. Membre fondateur du Centre Namaskaram. Représentant de Tathâta Vrindham France à la Fédération védique de France.

## ASTROLOGIE VÉDIQUE SÉMINAIRE DE MÉTHODOLOGIE

### Comment interpréter la position d'une planète ?

□ 28-29 mars 2026

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.



## ASTROLOGIE VÉDIQUE ET CONNAISSANCE DE SOI

### Les navarasa et les navagraha

□ 23-24 mai 2026

Les *navarasa* sont les neuf sentiments dans la poésie. À chaque émotion est associée une planète. Chacun dans son thème étudiera sa nature émotionnelle dominante et celle du *nakshatra* de lune.

Nous apprendrons comment les périodes planétaires déclenchent des émotions et les changements de vie qui en découlent.

Nous étudierons ensuite une méthode qui permet de déterminer le tempérament dominant de la personnalité.

Enfin, nous expérimenterons l'influence des *raga* et des *mantra* comme un moyen de pacifier les émotions excessives.

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

Intervenant : Michaël Lebœuf - Varuna

Dates : □ 29-30 novembre 2025

□ 28-29 mars 2026

□ 23-24 mai 2026

Durée : 2 jours



## SE DÉCOUVRIR AVEC L'ÉNERGIE DES CONSTELLATIONS SELON LE JYOTISH

AVEC ISABELLE IMBERT - ISHANI



**L'intention est un éclairage sur nous-même.**

En nous éclairant, nous faisons apparaître le chemin.

Il s'agit de percevoir, ressentir et vivre la réalité qui constitue notre essence profonde.

- **Arpenter le chemin qui mène à notre propre compréhension** : à travers la lecture, l'étude et la méditation sur la source des sagesses, ainsi que l'analyse de soi selon la philosophie du *vedānta*, qui regroupe les enseignements métaphysiques les plus élevés sous la forme des *upaniṣad* (*jñāna yoga*).
- **Agir dans un état d'esprit désintéressé** : comme une pratique de méditation silencieuse (*karma yoga*).
- **Être le témoin de notre fonctionnement mental** : pour réaliser la purification progressive de nos attachements à travers le contrôle du corps et de l'esprit – *asana*, méditation – transformant ainsi les énergies du corps et de l'esprit en énergies spirituelles (*rāja yoga*).
- **Ouvrir notre cœur** : pour accueillir l'unité du Tout, en son sein, en intégrant les *mantra*, prières, rituels et actes dévotionnels (*bhakti yoga*).



Ces quatre yoga sont des *upaya* – des moyens pour atteindre notre but – nécessaires à améliorer notre lumière divine et seront vécus dans ce voyage de neuf jours. Nous observerons notre plan natal *Jyotish* – œil du divin – en miroir avec la vision *samkhya* de la création, et serons face à ce qui fait sens à notre véritable nature, pour aller vers la révélation de l'(es)sence de notre être.

Ce dialogue permanent entre l'homme et le cosmos est inscrit dans notre thème natal et c'est l'interprétation spirituelle de notre carte du ciel qui peut nous conduire à utiliser au mieux notre libre arbitre afin de progresser vers la libération.

**Nous allons nous reconnecter à notre vrai Soi et retrouver notre alignement en vivant l'énergie de chaque *nakshatra* dans toutes nos cellules et molécules. C'est une quête de sens, de cœur et d'âme.**



### ISABELLE IMBERT - ISHANI

Consultante en médecine ayurvédique, *Jyotish*, *vastu*. Praticienne en techniques éducatives corporelles de bien-être et de relation d'aide. Chroniqueuse sur Radio Gandharva Gana avec *Le Jyotish* et *La Triade des veda*.

Un grave accident de parapente en 1994 l'amène au seuil de la mort, c'est le début d'une véritable quête intérieure, en particulier au travers des rencontres extrasensorielles des soins alternatifs. Quittant 25 ans de métier dans la Banque, elle crée en 2010 le Centre « Aromayurveda » afin d'orienter sa vie vers les soins de l'âme. Passionnée de la vie, elle crée un pont entre le visible et l'invisible. La rencontre avec Swâmi Veetamohananda en 2017 lui confirme sa volonté de progresser dans l'étude du *vedānta* et de partager au quotidien la volonté de s'épanouir avec courage et force de vie.



**Ce séminaire est ouvert à toutes et tous, sans connaissance de l'astrologie védique.**

Intervenante : Isabelle Imbert - Ishani

Dates : ☐ 29 juin au 7 juillet 2026

Durée : 9 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires



# VASTU SHASTRA L'AYURVEDA DE L'HABITAT

AVEC ISABELLE IMBERT - ISHANI



*Vastu*, médecine de l'habitat selon les *veda*. C'est l'*ayurveda* de la maison. En *sanskrit* : « *vas* » signifie habiter et « *vastu* » signifie habitat, « *shastra* » signifie connaissance ou traité. Ainsi, le « *vastu shastra* » est le traité de l'architecture védique, la science de l'harmonie dans la maison, de la circulation des énergies dans l'habitat.

La notion centrale de *vastu*, c'est le *vastu purusha*, qui veut dire « l'énergie de l'espace ». Autrement dit, *vastu purusha* est une entité énergétique qui correspond à l'espace de votre habitat. C'est une base pour créer des conceptions, comme une disposition spirituelle qui prend en compte le mouvement des objets astronomiques et des pouvoirs spirituels.

*Purusha* est le mot *sanskrit* désignant la vitalité, la force, la vie ou l'humanité céleste. Il représente également la terre sous ses quatre côtés, illustrant le lien perpendiculaire entre l'aube et le crépuscule. Le *vastu* permet de préparer une construction ou de corriger l'existant, pour favoriser la qualité de vie, la sécurité et la stabilité. C'est comme prendre soin de soi en soignant les lieux de vie.

## MODULE 1 : INITIATION LE VASTU PURUSHA MANDALA

Ce séminaire de découverte est ouvert à toutes et tous. Il permet de :

- Se connecter à l'énergie, celle que l'on ressent en nous, celle des éléments, de notre habitation, notre lieu de travail, etc.
- Faire le lien de la santé de notre habitat, notre santé physique et notre santé morale, mentale.
- Se relier avec les déités qui nous accompagnent selon notre plan natal pour trouver un bon équilibre.

## MODULE 2 : LE VASTU PURUSHA MANDALA - MISE EN PRATIQUE

Ce séminaire est ouvert aux personnes ayant fait le 1<sup>er</sup> module ou ayant des connaissances du *vastu* et du *mandala purusha*.

Ce 2<sup>e</sup> séminaire est la mise en pratique pour :

- Apprendre à ressentir le taux vibratoire du lieu.
- Analyser et apporter les modifications nécessaires afin de respecter le *vastu purusha mandala* en lien avec l'habitat.
- Analyser le lieu avec son *dharma* natal.



AIMER SA MAISON,  
C'EST HONORER LES ÉNERGIES DIVINES  
QUI NOUS HABITENT.

LE VASTU EST UNE INITIATION  
SPIRITUELLE À VIVRE CHEZ SOI  
AVEC L'UNIVERS.

### Programme spécifique

#### Samedi

- 07h20 Éveil à l'énergie des neuf déités du vastu.
- 09h-12h Révision du vastu mandala purusha.  
Vastu conseils par dosha et les couleurs.
- 14h00 Yoga nidra sur les neuf déités du vastu.
- 15h-17h Apprentissage du pendule et de la baguette, ressentir le taux vibratoire du lieu.

### Exercice pratique.

#### Dimanche

- 7h20 Éveil à l'énergie des neuf déités du vastu.
- 9h-12h Les flux perturbateurs (eau, route, entrée, forme du terrain, toiture, etc.)
- 14h-15h Chant mantra des orientations.
- 15h-16h30 Apporter les modifications à l'habitat (pratique sur plan) selon son navamsha (dharma natal) Jyotish.



Intervenante : Isabelle Imbert - Ishani

Module 1 : 25-26 octobre 2025

Module 2 : 25-26 avril 2026

Durée : 2 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires



## LE TAROT À LA LUMIÈRE DU YOGA VEDĀNTA

AVEC PREMA - KAREN BOISTEL D'WELLES



Le Tarot de Marseille est un jeu de lames (« jeu de l'âme »), fondé sur un système structuré de signes et de symboles. Il possède la richesse et la profondeur du langage. L'art du tarot consiste à entrer dans ce langage comme un discours vivant qui se renouvelle à chaque tirage.

Les lames, tirées ou choisies, reflètent le monde (intérieur/extérieur) et les forces qui le traversent.

L'analyse d'un tirage consiste à établir un dialogue entre l'image, le conscient et l'inconscient.

La réflexion et la prise de conscience sont guidées par le symbolisme des lames, leur ressenti et le choix des mots pour en parler.

*« Nous ne pouvons penser qu'en symbole. »*

Swâmi Vivekânanda

La richesse du tarot est aussi vaste que celle de notre vie. Chaque tirage donne à voir la complexité de notre existence et ses enjeux : nos aspirations et nos craintes, nos forces et nos faiblesses, nos résolutions et leur mise en œuvre.

Allier la pratique spirituelle à l'art du tarot de Marseille éclaire notre vision, harmonise notre individualité et permet de prendre conscience des étapes de notre évolution pour mieux conduire notre destinée.

Lors des séminaires :

- Nous analyserons la portée symbolique initiatique des lames majeures.
- Nous pratiquerons et analyserons des tirages.

**Comprendre la portée spirituelle et initiatique  
du tarot de Marseille : oser voir**

*« Qui regarde à l'extérieur rêve. Qui regarde à l'intérieur s'éveille. »*

C.G.Jung

## ET LE YOGA VEDĀNTA ?

Il guidera l'éclairage philosophique et spirituel. Il constituera le moyen par lequel nous harmoniserons le corps et l'esprit pour aller vers une vision juste de notre vie.

*« Aucune connaissance ne vient de l'extérieur. Tout est en nous. Si nous nous exprimons 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. »*

Swâmi Vivekânanda, Les Yogas pratiques.

Ce séminaire s'adresse à celles et ceux qui cherchent à mieux se connaître, débutant ou non débutant, dans la voie du tarot de Marseille et du yoga vedānta. Le tarot de Marseille est une voie de connaissance millénaire fondée sur la pensée symbolique. Par l'observation et la révélation des symboles, il ouvre une porte sur notre monde intérieur et nous permet de développer l'art de voir.



### PREMA - KAREN BOISTEL D'WELLES

s'intéresse avant tout au processus d'évolution de l'individu. Mère de quatre enfants, de formation littéraire (professeure de Lettres), elle découvre le yoga en l'an 2000 et rencontre Swâmi Veetamohananda qui l'initie au vedānta. Elle suit l'enseignement de Śrī Mahesh à la FFHY, puis se forme à l'art sacré du tarot de Marseille auprès de Corinne Morel. Elle vit son engagement spirituel comme un engagement quotidien sans cesse renouvelé dans la force vive de l'action et de la transmission. Chroniqueuse sur Radio Gandharva Gana.



Intervenante :

Prema - Karen Boistel d'Welles

Dates :  1<sup>er</sup> et 2 novembre 2025

7 et 8 mars 2026

2 et 3 mai 2026

**Tarot de Marseille conseillé :**  
**« Camoin-Jodorowsky ».**

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires



## VOYAGE INTÉRIEUR : COMPRENDRE, GUÉRIR ET TRANSFORMER

AVEC NILANJANA GANGA ROY



### EXPLORATION DE SOI PAR L'ASTROLOGIE, LA GRAPHOLOGIE ET LE CHANT DE MANTRA

Découvrez un voyage intérieur unique à travers deux week-ends mêlant sagesse ancestrale et outils modernes d'introspection.

Grâce à l'astrologie, à l'analyse de l'écriture (graphologie) et au pouvoir vibratoire des *mantra*, vous serez invités à mieux comprendre votre personnalité, vos émotions, vos relations et votre mission de vie.

Chaque session propose une approche intégrée :

- le chant de *mantra* pour aligner l'énergie intérieure,
- l'astrologie pour explorer les influences cosmiques sur votre être,
- la graphologie pour révéler les schémas subconscients à travers l'écriture.

Un programme vivant, interactif, accessible à tous, visant à initier de véritables transformations intérieures par la connaissance de soi et la pratique consciente.

Bienvenue à celles et ceux qui souhaitent évoluer en douceur, en profondeur et dans la joie !

### FONDATEMENTS ET DÉCOUVERTE DE SOI

□ 15-16 novembre 2025

**Sujets abordés le samedi :**

- Chant de *mantra* : introduction aux vibrations sonores et à leur effet sur l'équilibre corps-esprit (Om, *mantra* de Ganesha pour lever les obstacles).
- Astrologie : bases des signes du zodiaque, des planètes et des maisons (comment ils influencent la personnalité).
- Graphologie : introduction à l'analyse de l'écriture manuscrite (ce que révèlent la forme des lettres, l'inclinaison et l'espacement sur la personnalité).
- Pratique : les participants écrivent un paragraphe et une première analyse de leur écriture est réalisée.

**Sujets abordés le dimanche :**

- Chant de *mantra* : le *mantra* de la lune (*Chandra beej mantra*) pour la guérison émotionnelle et la stabilité intérieure.
- Astrologie : comprendre le signe lunaire et l'ascendant, comment les émotions et les premières impressions façonnent la vie.
- Graphologie : comment la pression de l'écriture, l'inclinaison et les boucles révèlent la stabilité émotionnelle, l'anxiété ou le stress.
- Pratique : les participants comparent leur écriture avant et après le chant du *mantra* (en observant les changements émotionnels).

## APPROFONDISSEMENT ET TRANSFORMATION

□ 14-15 février 2026

### Sujets abordés le samedi :

- Chant de *mantra* : *mantra* de Krishna pour favoriser l'amour, l'harmonie et une meilleure communication.
- Astrologie : l'influence de Vénus et de Mars sur l'amour, l'attraction et la compatibilité relationnelle.
- Graphologie : comment l'espacement, les boucles et la signature révèlent les tendances relationnelles.
- Pratique : les participants analysent leur propre écriture ainsi que celle d'un partenaire ou d'un ami pour mieux comprendre la compatibilité relationnelle.



**NILANJANA GANGA ROY**

est une personne passionnée et dévouée, originaire d'Inde, qui s'est installée en France pour y poursuivre ses études supérieures en gestion d'entreprise. Ses centres d'intérêt personnels incluent la peinture, la musique, le chant, l'astrologie et la graphologie. Captivée depuis l'enfance par ces univers riches et mystérieux, ses hobbies se sont transformés en véritables passions. Elle s'est immergée dans les divers aspects de l'astrologie, s'efforçant d'acquérir autant de connaissances que possible sur cette ancienne discipline, affinant ses compétences et pratiquant l'astrologie pendant plus de sept ans auprès d'amis, d'enseignants et de membres de sa famille. Parallèlement, elle explore l'art du chant et de la musique avec sensibilité et enthousiasme, et s'est également initiée à la graphologie, développant une fine compréhension des liens entre l'écriture et la personnalité.

### Sujets abordés le dimanche :

- Chant de *mantra* : *mantra* de Saraswati pour la clarté mentale, l'apprentissage et la concentration.
- Astrologie : comment découvrir sa mission de vie et les meilleures orientations professionnelles à partir du thème astral.
- Graphologie : comment modifier l'écriture (signature, boucles, traits) peut transformer les schémas de pensée et renforcer la confiance en soi.
- Pratique : les participants modifient un petit élément de leur écriture et définissent un objectif personnel de transformation.



Intervenante : Nilanjana Ganga Roy

Dates : □ 15-16 novembre 2025

□ 14-15 février 2026

Durée : 2 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires



# YOGA VÉDIQUE LES DIVINITÉS DE L'INDE

AVEC ADELINE DÉPRAZ-DÉPLAND - DEVALINA  
ET LAURE CACCAVELLI - HAMSINI



La Réalité est Une, connue sous le nom de Brahman, l'Absolu, l'Infini. Mais pour les êtres incarnés, elle est difficile à appréhender, ne pouvant se définir que par ce qu'Elle n'est pas. Dans le monde qui nous entoure, cette Réalité se manifeste sous des formes multiples et variées, combinant et recombinaut les énergies universelles. Les divinités hindoues sont l'expression des qualités de Brahman, telles que la beauté, le courage, la connaissance infinie, l'amour, la force de discrimination... Se relier à une divinité, c'est éveiller en soi les qualités fondamentales qu'elle incarne. Par la pratique du yoga, de la méditation, du yoga nidra, nous irons à la rencontre de ces divinités, pour découvrir leurs énergies, pour les vivre et ainsi nous approcher de Brahman.



## ADELINE DÉPRAZ-DÉPLAND - DEVALINA

Poussée par la curiosité de comprendre le fonctionnement de la vie, Devalina a d'abord étudié puis enseigné la chimie. Elle s'est en parallèle formée à l'école de yoga d'Évian, puis a participé à l'Institut de recherche et de pratique de yoga védique à Gretz, dans ce même désir de connaissance de soi et de la nature. Elle enseigne maintenant le yoga sous différentes influences dans le souhait d'accompagner chacun vers l'expérience de sa propre dimension infinie.

Intervenantes : Adeline Dépraz-Dépland - Devalina  
et Laure Caccavelli - Hamsini

Dates : ☐ 4-5 juillet 2026

Durée : 2 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

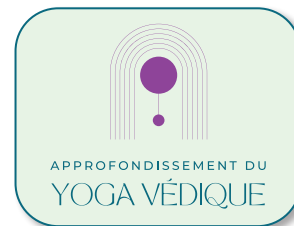
## LAURE CACCAVELLI - HAMSINI

Pratiquant le yoga depuis plus de 10 ans, Hamsini a découvert la puissance de la pratique, qui lui a permis de traverser les épreuves de la vie. Souhaitant aller au-delà des postures, elle a poursuivi sa recherche sur le yoga au sein de l'Institut de recherche et de pratique de yoga védique au Centre védantique Râmakrishna de Gretz. Cette recherche lui permet d'intégrer le yoga védique dans sa vie quotidienne. Depuis plusieurs années, elle a découvert le plaisir de transmettre ce yoga.



# APPROFONDISSEMENT DU YOGA VÉDIQUE

AVEC DR. LISE QUEGUINER ET SERGE LELANDAIS - BHAKTARAJ



**Comment l'étude de morceaux choisis de l'Évangile de Śrī Râmakrishna peut-elle nous aider à réaliser notre incarnation humaine, notre incarnation spirituelle et divinisée ?**

Cette étude de l'Évangile de Śrī Râmakrishna nous permettra de mettre en évidence que nous pouvons découvrir plusieurs niveaux de lecture en relation avec les cinq niveaux de la parole. Et comment le *bija* et *parabija* (les sons racines, les phonèmes de l'alphabet sanskrit) sont des clefs libératrices des refoulements ou voiles posés sur notre nature spirituelle et divine. Les *mahāvākya* du *vedānta* auront aussi une place importante.

Des pratiques posturales du yoga seront proposées dans le cœur vibrant du *mantra* de la famille spirituelle avec *Om Namoh Bhagavate Râmakrishnaya*.



Intervenants : Dr. Lise Queguiner et Serge Lelandais - Bhaktaraj

Dates : ☐ 20-26 juillet 2026

Durée : 7 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

## SERGE LELANDAIS - BHAKTARAJ

Bhaktaraj est un « autodidacte » du yoga. Il a commencé par plus de 15 ans de pratique personnelle, redécouvrant les *asana* – les postures de *hatha yoga* – et les respirations yogiques dans sa chambre. En 1969, il rencontre Swâmi Chidananda, disciple de Swâmi Sivananda de Rishikesh, qui lui donnera un enseignement particulier. Puis il découvre le *vedānta* au Centre védantique Râmakrishna avec Swâmi Ritajananda qui l'initiera en août 1969 et lui donnera le nom de Bhaktaraj. Avec Śrī Mahesh il a approfondi la connaissance expérimentale de la pratique et avec Lilian Silburn, il s'est laissé guider sur la voie tantrique approfondie avec les travaux d'André Padoux. Il est enseignant et poète.

## DR. LISE QUEGUINER

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 Śrī 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 NIDRA VÉDIQUE

## NIVEAUX 1 ET 2

AVEC SWÂMI 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 (*dhâranâ*).

Dans cet état vibratoire élevé, la rotation de conscience avec des *mantra* puissants, ainsi que le *prânâyama*, 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 (*samskâra*).



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.

## NIVEAU 1

□ 20 au 24 octobre 2025

La pratique du niveau 1 du yoga nidra védique se structure autour de cinq parties distinctes :

1. l'invocation ou prière,
2. le *dhâranâ* ou connexion à l'infini ou pure conscience,
3. la rotation de conscience avec des *mantra*,
4. le *prânâyâma* sur les cinq *prâna*,
5. la visualisation.

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 pratiques spirituelles.

## NIVEAU 2

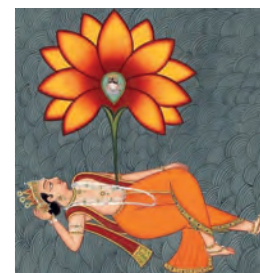
□ 27 au 31 juillet 2026

La pratique du niveau 2 du yoga nidra védique se distingue par l'utilisation plus importante de *mantra* et par sa structure en six parties :

1. purification avec un *mantra*,
2. le *dhâranâ* ou connexion à l'infini ou pure conscience,
3. la rotation de conscience avec des *mantra*,
4. le *prânâyâma* avec *nadi shodana*,
5. *mantra* d'élévation de conscience,
6. la visualisation.

**Il n'est pas nécessaire d'avoir fait le niveau 1 pour participer au niveau 2.**

**Ce deuxième séminaire est ouvert à toutes et tous, sans prérequis.**



Intervenants : Le Niveau 1 sera animé par Martine Texier - Paramesvari ;  
le Niveau 2 animé conjointement par Swâmi Atmarupananda et Martine Texier - Paramesvari

Niveau 1 : □ 20 au 24 octobre 2025

Niveau 2 : □ 27 au 31 juillet 2026

Durée : 5 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires



# YOGA ET MUDRA

AVEC VIRGINIE ZAJAC ET LOCANA SANSREGRET

Les *mudra* sont des gestes du corps, plus particulièrement connus en tant que gestes des mains mais pas exclusivement. Il faut considérer cette pratique comme une discipline à part entière et non juste un complément. Les *mudra* agissent sur tous les aspects de la pratique de yoga, les corps physiques, subtils, énergétiques, émotionnels. Une littérature nombreuse, variée et souvent contradictoire existe mais la transmission vivante et directe est rare.

Cette année encore Virginie Zajac, en présentiel et Locana Sansregret – qui interviendra en visioconférence à partir du Canada – coanimeront trois stages pour nous transmettre leur expérience de cette science des *mudra*.

Ces trois stages ont pour objectif de faire découvrir les *mudra* : définition, explications, pratique personnelle et collective dans le cadre de la pratique du yoga (postures, respirations, méditation), et effets sur les pratiques proposées. Ils se dérouleront tous les trois de la même façon, mais chacun abordera un thème différent autour duquel sera proposée et développée la pratique des postures et des *mudra* appropriées.

Des feuilles de notes – à imprimer pour le stage – seront envoyées aux participants. Elles serviront à consigner les *mudra* ainsi que les ressentis liés à la pratique personnelle pendant le stage.



## PROGRAMME TYPE :

### Vendredi

- 17h30-19h : présentation, séance pratique

### Samedi

- 7h15-8h : séance de yoga
- 9h30-10h30 et 10h45-11h45 : découverte des *mudra* et pratique des postures
- 14h-16h : visioconférence avec Locana
- 17h-17h45 : retour sur la visioconférence
- 18h : méditation

### Dimanche

- 7h15-8h : séance de yoga
- 9h30-10h30 et 10h45-11h45 : pratique autour de la visioconférence du samedi
- 14h-16h : pratique et clôture de stage

### Pour le stage de 3 jours (8-10 mai) :

- Vendredi 8/05 : visioconférence 14-16h
- Samedi 9/05 : visioconférence 14-16h

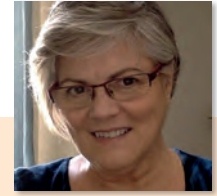
Le programme type du samedi s'applique également au vendredi.

**Les participants externes sont invités à prendre part à l'ensemble des séances, dès le vendredi. Le petit-déjeuner n'étant pas inclus dans le tarif, il leur est également recommandé de le réserver à l'avance à [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr).**



## VIRGINIE ZAJAC

Pratiquante de yoga depuis 2003, enseignante depuis 2011 après un parcours en entreprise en tant que responsable marketing et communication. Ancienne présidente de la Fédération inter-enseignements de *hatha yoga* (Fidhy) et de l'Union européenne de yoga (UEY). Un cancer lui permet d'explorer les ressources du yoga. Durant cette période, elle découvre auprès de Locana Sansregret la pratique des *mudra* et poursuit son apprentissage. Bénévole pour Radio Gandharva Gana, elle y propose une séance hebdomadaire dans Le corps en yoga et une chronique, Lettre à un yogi.



## LOCANA SANSREGRET

Le yoga entre dans sa vie en 1976, alors qu'elle étudie au Centre d'épanouissement de l'Être Le Lotus à Montréal avec Swâmi Shraddhananda, dans la lignée de Swâmi Sivananda de Rishikesh en Inde. Depuis, Locana n'a jamais cessé d'apprendre. Initiée en 1998 dans la voie du Sannyasin, la quête spirituelle est au cœur de son quotidien. Elle forme des enseignants de yoga et de yogathérapie, elle a créé avec Juliette Dumas, la Mudra School pour transmettre l'art des *mudra*, science millénaire de gestes sacrés, simples et bienfaisants que l'on qualifie souvent de yoga des doigts. Elle s'intéresse plus particulièrement aux aspects thérapeutiques du yoga. Depuis plusieurs années, elle intègre *rāja yoga* et *hatha yoga*, dans une vision du corps qui devient un champ d'expérimentation et d'explication de la vie. Symbolique du corps humain, sens caché et sacré des *asana* sont les fondations de sa pratique et de son enseignement.



**Ces stages sont ouverts à tous les pratiquants de yoga. Ils sont indépendants les uns des autres, mais la participation aux trois facilite l'apprentissage.**

Intervenantes : Virginie Zajac, Locana Sansregret

Stage 2 jours :  15-16 novembre 2025

31 janvier-1<sup>er</sup> février 2026

Stage 3 jours :  8-10 mai 2026

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

# YOGA DU CHANT • INITIATION POUR TOUS

AVEC FLORIAN WESTPHAL



La technique vocale peut s'apprendre comme on apprend le *hatha* yoga, avec lequel elle partage une conscience élargie du corps et de l'énergie.

Le but de cette série cohérente de cinq week-ends est d'abord d'acquérir des bases universelles de technique vocale pour aborder tout type de répertoire musical.

Elle s'adresse donc à tous et particulièrement à celles et ceux qui n'ont jamais osé chanter.

Les chants seront choisis dans le répertoire du Centre védantique Râmakrishna, mais aussi dans les répertoires d'autres sensibilités spirituelles, témoignant de l'esprit d'ouverture des enseignements du CVR.

Chacun des week-ends aura une thématique dominante :

1.  **27-28 septembre 2025** ... L'énergie
2.  **18-19 octobre 2025** ... La beauté
3.  **10-11 janvier 2026** ... Les émotions
4.  **14-15 février 2026** ... Le chant méditatif
5.  **11-12 avril 2026** ... Dix chants de la tradition védantique.

**Les inscriptions se font sur le site du Centre védantique.**

**Nombre de places limité à 25.**

**Sont prioritaires celles et ceux qui s'inscrivent pour les 5 week-ends.**

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

## 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. Après 25 années passées à chanter l'opéra, sur les scènes lyriques françaises et internationales, il s'est consacré à l'enseignement du chant, et particulièrement aux rapports entre la technique de chant classique et le yoga. Il a été initié au *vedānta* par Swâmi Veetamohananda, dont il a suivi l'enseignement de 2003 à sa disparition en 2019.



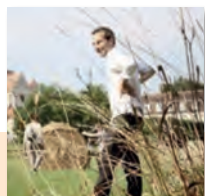
# SE LAISSER LIRE ET METTRE EN MOUVEMENT PAR UN TEXTE

AVEC FABRICE NICOT



Explorations corporelles et vocales autour de textes, chants et danses spirituels du monde. 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 et danses du monde notamment afro-caribéens. Des récits biographiques des stagiaires pourront être employés. 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

metteur en scène, comédien diplômé de l'École Nationale Supérieure des Arts et Techniques du Théâtre (ENSATT), et professeur de théâtre titulaire d'un diplôme d'État. Il enseigne dans des conservatoires, des universités et au Cours Florent à Paris. Metteur en scène et pédagogue associé à l'Institut Grotowski de Wrocław (Pologne), il est également spécialiste des arts de transformation.



Intervenant : Fabrice Nicot

Dates :  29-30 novembre 2025

Durée : 2 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

# VIVRE LE YOGA PAR LA DANSE

AVEC RADHA - JULIE OOSTHOEK



L'art est une manifestation de l'Infini, et la danse un véritable yoga qui touche toutes les dimensions de notre être. Elle révèle notre essence profonde, le vivant qui s'exprime en nous.

Au cours de ces séminaires, je vous propose une variété d'expériences : des danses en cercle éveillant un sentiment de communauté et de spiritualité, nous reliant à quelque chose de plus grand ; une pratique de méditation dansée, les yeux fermés, pour approfondir notre écoute et notre conscience de nous-même ; nous explorerons également des formes improvisées, des enchaînements chorégraphiques accessibles, ainsi que des créations personnelles, que ce soit en solo ou en groupe autour du thème du séminaire.

La danse devient alors une expression authentique du Soi, une connexion au sacré, une manière d'honorer le divin. La danse est à la fois offrande, prière et expérience directe. Avec le soutien du silence et de musiques méditatives et inspirantes, je vous invite à vivre une aventure dansée, connectée, spontanée et créative.

Cette année une série de 3 stages inspirés des archétypes de la Grande Trinité hindoue. Que vous soyez ou non intéressé par la mythologie indienne, ces divinités vont nous permettre d'expérimenter et de vivre des intentions, qualités et états de corps qui font appel aux forces présentes déjà en nous. Ces ateliers vont nous permettre d'intégrer les représentations, le sens de ces divinités et nous les faire découvrir à travers nous-même. Une expérience qui allie mouvement, spiritualité et créativité.

En cultivant la confiance, tant individuelle que collective, nous développerons notre intelligence corporelle et notre univers poétique, guidés par la conscience et l'intention, véritables sources d'autonomie et de créativité.



Intervenante : Radha - Julie Oosthoek

Atelier 1 : ☐ 21-22 février 2026

Atelier 2 : ☐ 18-19 avril 2026

Atelier 3 : ☐ 11-13 juillet 2026

Durée : 2 jours ou 3 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

## 1 - SHIVA-SHAKTI - LA DANSE DES ÉNERGIES

□ 21-22 février 2026

Un séminaire où nous explorerons les thèmes de la destruction et de la création à travers le mouvement. Un voyage rythmé entre la cyclicité, la répétition et la transe, jouant avec les nuances d'énergies, la force et la puissance, et l'harmonie entre mouvement et immobilité.

## 2 - ÉVEILLER LA CRÉATIVITÉ AVEC BRAHMA ET SARASVATI

□ 18-19 avril 2026

Nous explorerons dans ce séminaire l'architecture de notre existence matérielle à travers la conscience corporelle et ce qui compose le corps, la relation à l'espace et le temps. Nous jouerons avec l'éphémère et l'infinie créativité. Nous plongerons dans notre inspiration et laisserons notre expression dansée s'écouler avec pureté et fluidité.

## 3 - L'HARMONIE INFINIE DE VISHNOU ET LAKSHMI

□ du 11 au 13 juillet 2026

Dans ce dernier séminaire, nous explorerons les qualités de permanence, de stabilité et d'équilibre, en vivant aussi leurs opposées, la labilité, l'inconfort et le déséquilibre. Soutenus par la grâce, l'abondance et la beauté de Lakshmi. Nous clôturerons ce cycle de séminaires avec l'expérience du « duo », que l'on nomme en danse, « un pas de 2 ». Une danse entre deux êtres, unis dans un mouvement de communion, évoquant l'harmonie et la complémentarité des énergies.



### RADHA - JULIE OOSTHOEK

Professeur de danse contemporaine et de yoga, Radha a découvert le Centre védantique Râmakrishna en 2011 où elle a été inspirée par le *vedānta* et la culture indienne, ainsi que la personnalité sage et lumineuse de Swâmi Veetamohananda. Cela l'a amenée à réfléchir sur sa relation à la vie, au yoga et à la danse. Aujourd'hui, Radha vit la danse comme un yoga, dans une démarche spirituelle et propose au Centre des séminaires « Vivre le yoga par la danse ».

Ancienne danseuse professionnelle, Radha enseigne aujourd'hui la danse contemporaine, l'art de l'improvisation et le yoga au Conservatoire de Bordeaux, tout en intervenant dans divers studios de yoga de la région. Passionnée par les approches holistiques, Radha est également conseillère en fleurs de Bach et formée en aromathérapie, toutes ces pratiques visant l'équilibre, l'évolution et la conscience d'être.

# LES ARTS DE TRANSFORMATION : CROISER LES VOIES DE GROTOWSKI, STEINER ET GURDJIEFF

AVEC FABRICE NICOT, MARIE-NOËLLE LISSONNET  
ET LINA DO CARMO



À l'occasion du printemps, ce séminaire de théâtre, danse et chant ouvert à toutes et à tous, mettra en avant la dimension artistique, spirituelle et initiatique commune à Grotowski, Steiner et Gurdjieff, en soulignant l'idée de transformation personnelle et artistique.

Pour celles et ceux qui le souhaitent, une courte présentation publique aura lieu à la fin du séminaire, le 3 mai, suivie d'une table ronde avec des spécialistes de Grotowski, Steiner et Gurdjieff. Cette table ronde sera animée par Jean-Marie Pradier, professeur émérite et ancien directeur du Département Théâtre de l'Université Paris 8, ainsi que cofondateur de la discipline de l'ethnoscénologie.

## JERZY GROTOWSKI, LA VOIE DU VIVANT

Par la méthode de la voie négative (« désapprendre » et « se libérer de l'inutile »), les participant.e.s, iront à la découverte de l'« organicité » (ou « vitalité ») du mouvement et de la voix au moyen de chants, danses et textes du monde (Europe de l'Est, Afrique, Haïti, Inde).

Après un entraînement visant l'écoute et la disponibilité, ils-elles pourront offrir leur attention, leur corps et leur présence à l'espace, aux partenaires et aux matériaux artistiques qui les « traverseront ». Selon l'adage de Jerzy Grotowski (metteur en scène et pédagogue polonais), le texte « lira » les participant.e.s, le chant « les chantera », la danse « les dansera ».

Une attention particulière sera portée aux chants de printemps et de transformation.

## RUDOLF STEINER, LA VOIE DE L'EURYTHMIE

L'Eurythmie (désignant dans l'Antiquité le « mouvement juste et harmonieux ») de Rudolf Steiner, discipline du mouvement à la fois poétique et théâtrale, musicale et dansée, favorise l'ouverture de l'Homme à l'Univers et à son devenir.

L'atelier se centrera sur un travail du mouvement dans l'espace, visant à :

- S'ouvrir à un espace périphérique au travers de lignes droites ou courbes, selon les modalités du sentir, du vouloir et du penser.
- Harmoniser de façon rythmique et respirante ces trois manifestations du psychisme (sentir, vouloir, penser).
- Approfondir nos sensations grâce aux consonnes, et puiser aux sources de notre vie intérieure avec les voyelles.

## DANSES ET MOUVEMENTS GURDJIEFF

### LE COURAGE D'ÊTRE : DÉMASQUER LE VRAI « JE »

Les danses de Gurdjieff aussi appelées « Mouvements » font partie de l'enseignement nommé « le travail sur soi ». Provenant de sources de connaissances ancestrales spirituelles engagées pour l'expansion de la conscience, les mouvements diffèrent également de ce qui est communément compris en tant que danse. Le but est de transférer notre attention de la personnalité vers l'essence de notre être.

En pratiquant ces mouvements il s'agit de vivre une expérience particulière de l'attention, créant un moyen

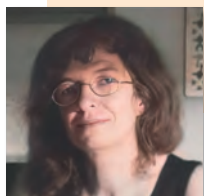
direct de présence à soi-même. Dans ce travail de transformation, l'objectif est d'élargir l'observation de soi afin d'atteindre l'harmonie intérieure avec le vrai Self. Se voir – se souvenir de soi – demande du courage et une qualité d'attention.

Avec les impulsions émanant du groupe, nous trouvons une posture apaisée et centrée, travaillant sur les 3 dimensions : émotionnelle, intellectuelle et nous connectant à la réalité plus profonde du corps.

En plus d'effets psychosomatiques positifs, cette pratique peut éveiller un complet spectre de lumière créative en nous-même.

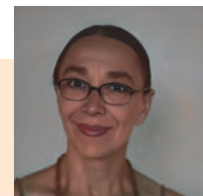
#### MARIE-NOËLLE LISSONNET

artiste-auteure, eurythmiste, mime (formée auprès d'Ella Jaroscewicz du théâtre de Wrocław), professeure de conservatoire diplômée d'État et metteuse en scène, elle crée des spectacles interdisciplinaires « sur mesure » pour tout public.



#### LINA DO CARMO

chorégraphe, mime-danseuse, élève directe de Marcel Marceau. Chercheuse passionnée par l'archéologie, elle enseigne différentes techniques corporelles pour l'acteur et le danseur en Europe et au Brésil. Depuis 2017, elle transmet la physiodynamique pour l'acteur de cinéma à la Ruhrakademie de Schwerte en Allemagne. Elle enseigne également les « Mouvements de Gurdjieff » depuis de nombreuses années. Auteure de l'ouvrage *Corpo do Mundo* et de plusieurs articles publiés elle est titulaire d'un Master en danse de l'Université Paris 8 et d'un Doctorat en Théâtre et Arts de scènes de l'Université de Bourgogne Franche-Comté.



Intervenants : Fabrice Nicot, Marie-Noëlle Lissonnet, Lina Do Carmo

Dates : ☐ 27 avril au 3 mai 2026

Durée : 7 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

Pour celles et ceux qui le souhaitent, une courte présentation publique se déroulera en fin de séminaire, le **dimanche 3 mai 2026**, se concluant par une conférence de Jean-Marie Pradier, professeur émérite et ancien directeur du Département Théâtre de l'Université Paris 8, cofondateur de la discipline ethnoscénologie.

# LE GESTE DE L'ACTEUR AU THÉÂTRE ENTRE TRANSE ET MAÎTRISE

AVEC MURIEL ROLAND



□ 30-31 mai 2026

Parce que tragédie, « chant du bouc » (émissaire) signifie d'abord le chant rituel accompagnant le sacrifice du bouc aux fêtes de Dionysos, l'acteur peut être envisagé comme le fantôme de la victime sacrificielle, relevée de son cadavre, revenant jouer « comme un supplicié que l'on brûle et qui fait des signes sur son bûcher » (Antonin Artaud). Il s'agira en conséquence pour l'acteur d'incarner l'intensité de la transe rituelle dont le théâtre est à la fois le retournement et le prolongement. En frère du poète-dramaturge et du didascalographe, l'acteur en scène, l'acteur est aussi porteur du récit et compositeur

méticuleux de la conduite maîtrisée de sa partition d'actions (drama, « action »).

Ce paradoxe - combien transe et maîtrise - éclaire la fabrique de nombreuses « techniques du corps » de l'acteur, que nous étudierons à partir des outils du MIME et de la PANTOMIME et de l'éclairage de la cartographie du corps à l'œuvre dans le *Qi Qong* et la méditation dite de l'Alchimie interne, techniques psychocorporelles issues de la conception taoïste des « trois corps en un » (*Shēn Yì* - corps d'intention, *Shēn Qì* - corps d'énergie, *Shēn Tǐ* - corps physique). Une fois établies les bases du geste silencieux, nous travaillerons son articulation avec la parole, à partir de courts fragments textuels.

## MURIEL ROLAND

Muriel Roland est artiste de théâtre, cofondatrice de la Cie SourouS, du Festival Auteurs en Actes de l'*Escuela nacional de teatro* – Santa Cruz-Bolivie, actrice, metteuse en scène, dramaturge et pédagogue. Ses recherches portent sur le geste théâtral en relation avec les arts plastiques, l'énergétique de tradition chinoise (notamment méditation taoïste dite de l'Alchimie interne et *Qi Qong* de la verticalité intérieure) et l'art de Marcel Marceau. Elle est docteure en esthétique théâtrale, auteure d'une thèse intitulée « Poïétique du geste de l'acteur au théâtre », sous la direction de Katia Légeret, Université Paris 8.



Intervenante : Muriel Roland

Dates : □ 30-31 mai 2026

Durée : 2 jours

Programme détaillé  
et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

# FÊTER LES MORTS

AVEC FABRICE NICOT, JEAN-F. FAVREAU, PIERLUIGI TOMASI,  
PIETRO VARASSO



## Séminaire de chant, danse et théâtre du monde à l'occasion de la Toussaint

□ Du 27 octobre au 2 novembre 2025

L'art est une manifestation de l'Infini, et cet atelier d'une semaine, ouvert à toutes et à tous, se présente à l'occasion de la Toussaint, comme une réflexion pratique et théorique, à travers l'exploration de chants, textes et danses du monde, sur la façon de vivre la mort et de célébrer ses morts dans différentes cultures.

Après un échauffement physique et vocal, les participant.e.s apprendront des chants, textes et danses en lien avec la fête des morts dans le monde. Fondé sur une méthode favorisant l'ouverture, l'écoute et la disponibilité, les participant.e.s pourront alors offrir leur attention, leur corps et leur présence à l'espace, aux partenaires et aux matériaux artistiques qui les « traverseront ». Selon l'adage de Jerzy Grotowski (metteur en scène et pédagogue polonais), le texte « lira » le-la participant.e, le chant « le-la chantera », la danse « le-la dansera ».

Nos propositions et actions seront organisées autour d'un « autel des morts » symbolique, inspiré de la célèbre tradition mexicaine, ou encore de celle, plus confidentielle des *Wypominki* polonais. Cet autel sera alimenté au fur et à mesure de la semaine, chacun étant invité à y déposer une pensée, un nom, une photo, un objet rattaché à un disparu, un texte (lisible par tous ou bien privé/cacheté). Autour de cet autel, nous aurons le samedi 1<sup>er</sup> novembre au soir un moment de cheminement collectif, de partage de chants, actions et pensées, afin de vibrer au diapason de nos disparus.

### Techniques abordées :

- Relaxation
- Souffle et placement de la voix
- Training physique et vocal
- Apprentissage de chants, textes et danses du monde en lien avec la fête des morts (corses, sardes, ukrainiens, haïtiens, répertoire de l'église latine, géorgiens, indiens, etc.)

### Quelques objectifs :

- Écoute et disponibilité
- La voix et le corps vivants et vibrants
- La parole musicale
- Expérience du collectif

Intervenants : Fabrice Nicot,  
Jean-F. Favreau, Pierluigi Tomasi,  
Pietro Varasso

Date : □ 27 octobre au 2 novembre 2025

Durée : 7 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

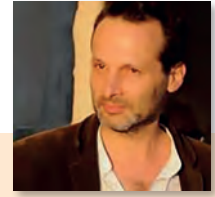
## ATELIER DIRIGÉ PAR :

### JEAN-F. FAVREAU



comédien-chanteur et docteur en lettres. Il dirige le Site de Pratiques Théâtrales de Lavauzelle, est membre actif du Teatr Zar et enseigne à l'Institut Grotowski de Wroclaw (Pologne). Spécialiste des chants méditerranéens, il allie son expertise artistique et pédagogique dans ces domaines.

### FABRICE NICOT



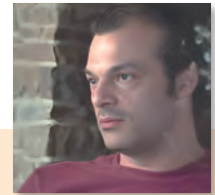
metteur en scène, comédien diplômé de l'École Nationale Supérieure des Arts et Techniques du Théâtre (ENSATT), et professeur de théâtre titulaire d'un diplôme d'État. Il enseigne dans des conservatoires, des universités et au Cours Florent à Paris. Metteur en scène et pédagogue associé à l'Institut Grotowski de Wroclaw (Pologne), il est également spécialiste des arts de transformation.

### PIERLUIGI TOMASI



musicien et comédien-chanteur, diplômé de l'École Jacques Lecoq et de l'École du Chœur Grégorien de Paris. Pratiquant le chant géorgien depuis 1994 au sein de l'Ensemble Marani, basé à Paris, il a approfondi ses connaissances des chants traditionnels au cours de plusieurs séjours et tournées en Géorgie, où il a appris directement auprès des chanteurs, ethnomusicologues et chefs de chœur les plus renommés.

### PIETRO VARASSO



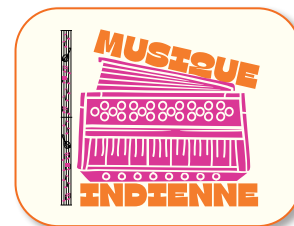
metteur en scène, acteur et professeur de formation vocale au Conservatoire de Liège (École Supérieure d'Acteurs), où il enseigne depuis 1993. Il a également travaillé avec Jerzy Grotowski au Workcenter de Pontedera.

Pour celles et ceux qui le souhaitent, une courte présentation publique se déroulera en fin de séminaire, le **dimanche 2 novembre 2025**, se concluant par une conférence de Jean-Marie Pradier, professeur émérite et ancien directeur du Département Théâtre de l'Université Paris 8, cofondateur de la discipline ethnoscénologie.



# FORMATION EN MUSIQUE CLASSIQUE INDIENNE

AVEC SURMANI DR. DATTATREYA VELANKAR ET YOGEEESH BHAT



Le Centre védantique Râmakrishna a la joie d'annoncer une semaine exceptionnelle de formation en musique classique indienne, ouverte à tous ceux qui souhaitent découvrir ou approfondir l'univers spirituel et artistique du chant hindoustani.

Cette formation immersive offre une introduction progressive à la tradition millénaire de la musique classique du nord de l'Inde, à travers un enseignement vivant combinant histoire, techniques vocales fondamentales, et pratique de compositions spirituelles.

Au fil de ces cinq jours, les participants auront l'opportunité non seulement de cultiver leur voix, mais aussi d'approfondir leur sensibilité intérieure à travers l'expression musicale, dans une atmosphère empreinte de recueillement et de partage.

Que votre voix devienne le véhicule de votre quête intérieure, sous la bénédiction des Maîtres de sagesse !

Intervenants : Surmani Dr. Dattatreya Velankar et Yogeesh Bhat

Dates : ☐ 20-24 octobre 2025

Durée : 5 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

## SURMANI DR. DATTATREYA VELANKAR

Artiste accompli du chant hindoustani classique, pédagogue renommé et fondateur du Shadja Kala Kendra à Bangalore (Inde). Disciple du célèbre maître de la Gwalior-Kirana Gharana, Pandit Vinayak Torvi, et de Keertanacharya Lakshmandas Velankar, il est porteur de la tradition authentique grâce à plus de trois décennies d'apprentissage



rigoureux, couronné par la bénédiction du Ganda Bandhan Deeksha. Sa voix riche et élégante, alliée à un style d'interprétation raffiné, lui a valu une reconnaissance critique en Inde comme à l'étranger.

## YOGEEESH BHAT

Jeune maître du tabla, reconnu parmi les plus talentueux de la nouvelle génération d'artistes en Inde. Formé dès son plus jeune âge par Vidwan Bhaskar Hegde Muttige, puis perfectionné auprès de Pandit Madivalayya Sali, il poursuit aujourd'hui son apprentissage avancé avec Pandit Ravindra Yavagal et Śrī Kiran Yavagal. Il est également initié aux subtilités du système rythmique carnatique sous la guidance de Vidwan K. U. Jayachandra Rao. Sensible et innovant, Yogeesh explore aussi la musique fusion, et a enrichi son parcours par des formations en violon et chant hindoustani.





# DÉCOUVERTE DES ABEILLES ET DE L'APICULTURE

AVEC ÉRIC VALETTE



## 1. INITIATION À L'APICULTURE

Dans ce premier stage, nous étudierons comment vivent les abeilles, comment elles s'organisent, les différences entre les abeilles et les guêpes-frelons, comment est fait le miel, le rôle de l'apiculteur et les réponses aux autres questions que vous vous posez. Selon la météo, nous irons les observer de plus près.

**Très interactif, ce stage est ouvert à tous.**

- 28 septembre 2025
- 19 octobre 2025
- 19 avril 2026
- 07 juin 2026



## 2. LES BOUGIES

Dans ce stage nous parcourons les différentes étapes de la fabrication de la cire, sa récolte et sa purification, le choix des moules et des mèches, et la fabrication des bougies à proprement parler. L'enseignement alterne entre théorie et pratique.

**Ce stage est ouvert à tous.**

- 16 novembre 2025
- 15 février 2026



### ÉRIC VALETTE

Après 20 ans d'expérience dans les métiers de l'informatique, Éric se tourne vers le développement personnel et l'apiculture. Formé aux méthodes de l'apiculture conventionnelle, Éric 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.

# FORMATION À L'APICULTURE PERSONNELLE

AVEC YVES BAUDRON ET ÉRIC VALETTE



- 14-15 mars 2026
- 11-12 avril 2026
- 30-31 mai 2026
- 13-14 juin 2026
- 1 week end à l'automne 2026  
(voir dates sur le site)

Sur cinq week-ends, vous apprenez tout ce dont vous avez besoin, à la fois d'un point de vue théorique et pratique, pour gérer vos propres ruches. Les thèmes couvrent le matériel (choix et entretien), les abeilles (races, organisation, activités), les activités apicoles, la récolte du miel, la cire, le pollen, la propolis, le venin, les plantes mellifères, les maladies et prédateurs des abeilles, les aspects sanitaires et réglementaires.

**Ce stage est ouvert à tous.**

**Il est recommandé de suivre l'ensemble du cursus.**

## YVES BAUDRON

Professeur de sanskrit depuis vingt-six ans et responsable du cours de sanskrit et de philosophie indienne. Membre permanent de plusieurs groupes de dialogue interreligieux. Il réalise les traductions de textes classiques (métaphysique de l'*advaita-vedānta*). Sont déjà parus aux éditions CVR : *Bhagavad Gītā*, *Ashtavakra Gītā*, *Ātmabodha de Śankara*. En cours de préparation : *Viveka-cūḍā-maṇi*, *Yoga-sutras*.



Intervenants : Yves Baudron et Eric Valette

Durée : 2 jours

Programme détaillé et inscription sur :  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
Rubrique Séminaires

# INFORMATIONS

## 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.

## RÈGLES DE VIE DANS L'ASHRAM

« **Ashram** » vient du sanskrit et se décompose en « **A** » venir et « **Shram** » travailler ou s'exercer.

L'ashram est donc un lieu dédié au développement spirituel, à la méditation, à la pratique et à l'étude du yoga, à la discipline personnelle et au service (*seva*). Afin de préserver cet espace, il est fondamental de maintenir un environnement propice à la croissance intérieure.

L'ashram encourage le respect mutuel entre tous ses membres, indépendamment de leur statut ou de leur rôle. Les interactions doivent se faire dans un esprit de bienveillance et de considération pour autrui.

Les règles ci-dessous permettent de maintenir cette atmosphère.

### SOBRIÉTÉ

Il est formellement interdit de fumer et vapoter à l'intérieur de l'ashram, que ce soit dans les chambres, les salles de pratique, les zones sanitaires ou les couloirs. De même, la consommation d'alcool et de drogues est strictement proscrite pendant toute la durée du séjour.

### COMPORTEMENT RESPECTUEUX ET CHASTE

Il est préférable de manifester son affection avec réserve et retenue ainsi que d'éviter toute démarche de séduction. En outre, les relations sexuelles au sein de l'ashram sont inappropriées.

### TENUE VESTIMENTAIRE APPROPRIÉE

Nous demandons aux résidents et visiteurs de porter des vêtements décents, en évitant les tenues telles que les mini-shorts, les décolletés ou vêtements transparents, par respect pour la communauté et pour le lieu, y compris la chapelle.

### RESPONSABILITÉ INDIVIDUELLE

Chaque individu est responsable de ses propres actions et de ses impacts sur autrui. Il est attendu de chacun de se comporter de manière responsable et respectueuse.



© D.R. Freepik

# REVUE VEDANTA

Des articles, des conférences, des enseignements,  
des pratiques pour élever l'esprit  
et nourrir l'âme

revue  
**Vedānta**



Dernière parution !

Le *vedānta* en Europe  
Expériences et inspirations

numéro 223

source d'inspiration



## Abonnez-vous !

## HÉBERGEMENT ET ÉQUIPEMENTS

Le Centre védantique Râmakrishna 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 privatifs,
- 4 salles polyvalentes,
- une salle de méditation/chapelle,
- un salon de trente places,
- une boutique (librairie, CD, vidéos, encens, objets, etc.),
- une salle d'étude de l'Université de l'Homme.



# BULLETIN D'INSCRIPTION

À RETOURNER À CVR – 64 BD VICTOR HUGO – 77220 GRETZ-ARMAINVILLIERS

Madame  Monsieur

NOM : ..... PRÉNOM : .....

ADRESSE n° rue (bd, av,) : .....

CODE POSTAL : ..... VILLE : ..... PAYS : .....

TÉLÉPHONE : ..... MAIL : .....

TITRE DU SÉMINAIRE : .....

DATES DU SÉMINAIRE : .....

## PAIEMENT :

En chèque (à l'ordre de CVR)

En espèces

En ligne  
sur le site du CVR  
avec ce QRcode



Par CB N° .....

Expir. (m/a) .....

Détenteur .....

## MODALITÉS D'INSCRIPTION AUX SÉMINAIRES

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

**En externe :** déjeuner compris (repas du soir 14€).

Les prix des séminaires se trouvent à la fin de la brochure.

### Annulation :

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

J'ai bien lu et j'accepte les modalités d'inscription.

Date : ..... Signature :

J'ai pris connaissance des règles de vie de l'ashram.

# TARIFS

ACTIVITÉS	DATES	PENSION COMPLÈTE			EXTERNE		
		INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)	INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)

**CÉLÉBRATIONS** TOUS LES PRIX S'ENTENDENT PAR SÉMINAIRES ET PAR DATES

SÉJOUR NOËL – P. 11	<input type="checkbox"/>	24-25 décembre 2025	80 €	70 €	35 €	/	/	/
NOUVEL AN – P. 11	<input type="checkbox"/>	Du mardi 30 décembre 2025 au jeudi 1 <sup>er</sup> janvier 2026	160 €	140 €	70 €	/	/	/

## WEEK-END VEDĀNTA

LES PRINCIPES – P. 27	<input type="checkbox"/>	29-30 novembre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
LES PRATIQUES – P. 27	<input type="checkbox"/>	24-25 janvier 2026						
LES RÉSULTATS – P. 27	<input type="checkbox"/>	23-24 mai 2026						
AUTOUR DE LA MÈRE DIVINE – P. 28	<input type="checkbox"/>	27-28 septembre 2025						
ENNÉAGRAMME PLUS – P. 29	<input type="checkbox"/>	8-9 mai 2026						

VOYAGE VERS SOI P. 30	<input type="checkbox"/>	18-19 octobre 2025	400 €					
	<input type="checkbox"/>	14-15 mars 2026						

SÉJOUR EN SILENCE P. 35	<input type="checkbox"/>	4-5 octobre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
	<input type="checkbox"/>	20-21 décembre 2025						
	<input type="checkbox"/>	7-8 février 2026						
	<input type="checkbox"/>	4-5 avril 2026						
	<input type="checkbox"/>	6-7 juin 2026						
	<input type="checkbox"/>	15-19 juillet 2026	400 €	350 €	250 €	200 €	175 €	125 €

UNIVERSITÉ DE L'HOMME	DATES	PENSION COMPLÈTE			EXTERNE		
		INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)	INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)
<b>CURSUS - FORMATIONS CERTIFIANTES</b>		<b>TOUS LES PRIX S'ENTENDENT PAR SÉMINAIRES ET PAR DATES</b>					
INSTITUT DE RECHERCHE ET DE PRATIQUE DE YOGA VÉDIQUE P. 44	<input type="checkbox"/> 11-12 octobre 2025	160 €	140 €	50 €	/	/	/
	<input type="checkbox"/> 8-9 novembre 2025						
	<input type="checkbox"/> 6-7 décembre 2025						
	<input type="checkbox"/> 17-18 janvier 2026						
	<input type="checkbox"/> 21-22 février 2026						
	<input type="checkbox"/> 21-22 mars 2026						
	<input type="checkbox"/> 18-19 avril 2026						
	<input type="checkbox"/> 16-17 mai 2026						
	<input type="checkbox"/> 13-14 juin 2026						
<input type="checkbox"/> 6-11 juillet 2026	480 €	420 €	300 €	/	/	/	
<b>AYURVEDA</b>							
MASSAGES ABHYANGA – P. 47	<input type="checkbox"/> 20-25 octobre 2025	840 €	780 €	660 €	630 €	570 €	450 €
	<input type="checkbox"/> 23-28 février 2026						
	<input type="checkbox"/> 20-25 avril 2026						
HERBORISTERIE – P. 48	<input type="checkbox"/> 2-7 février 2026	840 €	780 €	660 €	630 €	570 €	450 €
	<input type="checkbox"/> 27 avril-2 mai 2026						
	<input type="checkbox"/> 6-11 juillet 2026						
MARMATHÉRAPIE – P. 49	<input type="checkbox"/> 27 octobre-1 <sup>er</sup> nov. 2025	840 €	780 €	660 €	630 €	570 €	450 €
	<input type="checkbox"/> 16-21 février 2026						
	<input type="checkbox"/> 13-18 avril 2026						
YOGA MATERNITÉ NAISSANCE P. 52	<input type="checkbox"/> 20-21 septembre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
	<input type="checkbox"/> 22-23 novembre 2025						
	<input type="checkbox"/> 31 janvier-1 <sup>er</sup> février 2026						
	<input type="checkbox"/> 7-8 mars 2026						
	<input type="checkbox"/> 30-31 mai 2026						
	<input type="checkbox"/> 20-25 juillet 2026						

UNIVERSITÉ DE L'HOMME	DATES	PENSION COMPLÈTE			EXTERNE		
		INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)	INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)
<b>FORMATIONS ESPRIT</b>		<b>TOUS LES PRIX S'ENTENDENT PAR SÉMINAIRES ET PAR DATES</b>					
<b>CYCLE VEDĀNTA : LA SCIENCE SACRÉE - P. 54</b>							
LA SCIENCE DU MANTRA	<input type="checkbox"/> 23-27 février 2026	400 €	350 €	250 €	200 €	175 €	125 €
LE JAPA, OU LA RÉPÉTITION DU MANTRA	<input type="checkbox"/> 20-24 avril 2026						
<b>APPRENDRE LE SANSKRIT P. 55</b>	<input type="checkbox"/> 11-13 septembre 2025	240 €	210 €	150 €	120 €	105 €	75 €
	<input type="checkbox"/> 20- 22 novembre 2025						
	<input type="checkbox"/> 22-24 janvier 2026						
	<input type="checkbox"/> 19-21 mars 2026						
	<input type="checkbox"/> 7-9 mai 2026						
<b>CYCLE LE VOYAGE DE LA MORT - P. 56</b>							
DÉCOUVRIR LA MORT	<input type="checkbox"/> 29-31 octobre 2025	240 €	210 €	150 €	120 €	105 €	75 €
UN CHANT D'AMOUR ET DE MORT	<input type="checkbox"/> 18-20 février 2026						
DU PASSAGE AU DEUIL	<input type="checkbox"/> 15-17 avril 2026						
<b>LA BHAGAVAD GĪTĀ ET LES UPANISHAD - P. 58</b>							
LE MANTRA GĀYATRĪ	<input type="checkbox"/> 13-14 décembre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
LA VOIE DE LA LIBÉRATION PAR LE RENONCEMENT	<input type="checkbox"/> 14-15 février 2026						
LA DEXTÉRITÉ DANS L'ACTION	<input type="checkbox"/> 30-31 mai 2026						
<b>ASTROLOGIE VÉDIQUE - P. 60</b>							
QUE NOUS RÉSERVE L'ANNÉE 2026 ?	<input type="checkbox"/> 29-30 novembre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
COMMENT INTERPRÉTER LA POSITION D'UNE PLANÈTE ?	<input type="checkbox"/> 28-29 mars 2026						
LES NAVARASA ET LES NAVAGRAHA	<input type="checkbox"/> 14-15 juin 2026						
<b>SE DÉCOUVRIR AVEC L'ÉNERGIE DES CONSTELLATIONS SELON LE JYOTISH - P. 62</b>	<input type="checkbox"/> 29 juin-7 juillet 2026	540 €	495 €	405	270 €	247 €	202 €
<b>VASTU SHASTRA - P. 64</b>							
MODULE 1	<input type="checkbox"/> 25-26 octobre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
MODULE 2	<input type="checkbox"/> 25-26 avril 2026						

UNIVERSITÉ DE L'HOMME	DATES	PENSION COMPLÈTE			EXTERNE		
		INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)	INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)
		<b>TOUS LES PRIX S'ENTENDENT PAR SÉMINAIRES ET PAR DATES</b>					
<b>FORMATIONS ESPRIT</b>							
LE TAROT À LA LUMIÈRE DU YOGA VEDĀNTA P. 66	<input type="checkbox"/> 1 <sup>er</sup> -2 novembre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
	<input type="checkbox"/> 7-8 mars 2026						
	<input type="checkbox"/> 2-3 mai 2026						
VOYAGE INTÉRIEUR : COMPRENDRE, GUÉRIR ET TRANSFORMER - P. 68							
FONDATIONS ET DÉCOUVERTE DE SOI	<input type="checkbox"/> 15-16 novembre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
APPROFONDISSEMENT ET TRANSFORMATION	<input type="checkbox"/> 14-15 février 2026						
<b>FORMATIONS CORPS</b>							
YOGA VÉDIQUE - P. 70	<input type="checkbox"/> 4-5 juillet 2026	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
APPROFONDISSEMENT EN YOGA VÉDIQUE - P. 71	<input type="checkbox"/> 20-26 juillet 2026	560 €	490 €	350 €	280 €	245 €	175 €
YOGA NIDRA VÉDIQUE - P. 72							
NIVEAU 1	<input type="checkbox"/> 20 au 24 octobre 2025	400 €	350 €	250 €	200 €	175 €	125 €
NIVEAU 2	<input type="checkbox"/> 27 au 31 juillet 2026						
YOGA ET MUDRA - P. 74							
STAGE 2 JOURS	<input type="checkbox"/> 15-16 novembre 2025	180 €	160 €	120 €	100 €	90 €	70 €
	<input type="checkbox"/> 31 janvier-1 <sup>er</sup> février 2026						
STAGE 3 JOURS	<input type="checkbox"/> 8-10 mai 2026	280 €	250 €	190 €	160 €	145 €	105 €
<b>FORMATIONS ART</b>							
YOGA DU CHANT – INITIATION P. 76	<input type="checkbox"/> 27-28 septembre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
	<input type="checkbox"/> 18-19 octobre 2025 :						
	<input type="checkbox"/> 10-11 janvier 2026						
	<input type="checkbox"/> 14-15 février 2026						
	<input type="checkbox"/> 11-12 avril 2026						

UNIVERSITÉ DE L'HOMME	DATES	PENSION COMPLÈTE			EXTERNE		
		INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)	INSCRIPTION DE SOUTIEN	INSCRIPTION DE BASE	INSCRIPTION JEUNES (18-25)
<b>TOUS LES PRIX S'ENTENDENT PAR SÉMINAIRES ET PAR DATES</b>							
<b>FORMATIONS ART</b>							
<b>VIVRE LE YOGA PAR LA DANSE – P. 78</b>							
SHIVA-SHAKTI LA DANSE DES ÉNERGIES	<input type="checkbox"/> 21-22 février 2026	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
ÉVEILLER LA CRÉATIVITÉ AVEC BRAHMA ET SARASVATI	<input type="checkbox"/> 18-19 avril 2026						
L'HARMONIE INFINIE DE VISHNOU ET LAKSHMI	<input type="checkbox"/> 11 au 13 juillet 2026	240 €	210 €	150 €	120 €	105 €	75 €
<b>YOGA DU THÉÂTRE</b>							
SE LAISSER LIRE ET METTRE EN MOUVEMENT PAR UN TEXTE – P. 77	<input type="checkbox"/> 29-30 novembre 2025	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
LES ARTS DE TRANSFORMATION – P. 80	<input type="checkbox"/> 27 avril-3 mai 2026	660 €	590 €	350 €	380 €	345 €	175 €
LE GESTE DE L'ACTEUR AU THÉÂTRE ENTRE TRANSE ET MAÎTRISE – P. 82	<input type="checkbox"/> 30-31 mai 2026	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
FÊTER LES MORTS – P. 83	<input type="checkbox"/> 27 octobre-2 nov. 2025	660 €	590 €	350 €	380 €	345 €	175 €
FORMATION À LA MUSIQUE CLASSIQUE INDIENNE – P. 85	<input type="checkbox"/> 20 au 24 octobre 2025	550 €	500 €	250 €	350 €	275 €	225 €
<b>FORMATIONS NATURE</b>							
<b>DÉCOUVERTE DES ABEILLES ET DE L'APICULTURE</b>							
INITIATION À L'APICULTURE P. 86	<input type="checkbox"/> 28 septembre 2025				40 €	35 €	17 €
	<input type="checkbox"/> 19 octobre 2025						
	<input type="checkbox"/> 19 avril 2026						
	<input type="checkbox"/> 7 juin 2026						
LES BOUGIES – P. 86	<input type="checkbox"/> 16 novembre 2025						
	<input type="checkbox"/> 15 février 2026						
CURSUS DE FORMATION À L'APICULTURE PERSONNELLE P. 87	<input type="checkbox"/> 14-15 mars 2026	160 €	140 €	50 €	80 €	70 €	25 €
	<input type="checkbox"/> 11-12 avril 2026						
	<input type="checkbox"/> 30-31 mai 2026						
	<input type="checkbox"/> 13-14 juin 2026						
	<input type="checkbox"/> 1 week-end automne 2026 *						

\* Voir dates sur le site.



LES JEUDIS DE 18H30 À 19H30

# MÉDITATION 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.

**25 septembre - 16 octobre - 27 novembre - 18 décembre 2025**

**22 janvier - 19 février - 26 mars - 16 avril - 28 mai - 18 juin 2026**



Forum 104 - 104, rue de Vaugirard, 75006 Paris - Entrée libre - donation libre



Centre védantique  
**Râmakrishna**

[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)

[contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

64 bd Victor Hugo  
77220 Gretz-Armainvilliers

01 64 07 03 11