

# L'Université de l'Homme

Les enseignements de Ramakrishna et de Vivekananda sont un appel à la créativité : un de leurs buts vise à développer toutes les potentialités de l'humanité. La science, l'art, la technique, comme aussi bien les tâches quotidiennes, tout doit être éveillé par ce souffle de l'esprit, en chacun de nous, de telle sorte que tous nous développiions l'excellence de notre personnalité, pour notre bénéfice et celui de l'humanité.

Pour aller dans le sens de ces enseignements, le Centre Védantique Ramakrishna propose, depuis 2014, une série de formations qui constituent ce que Swami Vivekananda et, à sa suite, les précédents Swamis du Centre Védantique souhaitaient: une Université de l'Homme total.

---

*« La connaissance mène à l'unité  
comme l'ignorance conduit à la diversité »*  
**Ramakrishna**

*Y a-t-il quelque chose qu'il faille davantage enseigner  
que l'unité de l'Univers et la foi en soi-même ? »*  
**Vivekananda**

---



## Vaidya Rajalakshmi Chellappan

Originnaire de Chennai (anciennement Madras), elle est Ayurvedacharya (maître d'Ayurveda). Après de longues études universitaires (sept ans) au M.G.R Medical University de Chennai, elle a été formée par différents médecins (Vaidya) et praticiens en Ayurvédisme en Inde.

Consultante dans plusieurs laboratoires ayurvédiques, elle est à l'origine de nombreuses préparations. Rajalakshmi a quinze ans d'expérience en tant que praticienne ayurvédique en cabinet privé.



---

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

## Conditions générales d'inscription : (tarifs des 10 week-ends)

Pension complète			Externe		
Soutien	Base	Jeune (18-25)	Soutien	Base	Jeune (18-25)
2200€	2000€	1600€	1400€	1300€	1100€

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

en externe : déjeuner compris ; repas du soir en supplément (14€)

**L'inscription est obligatoire pour les 10 week-ends.**

**Accueil :** la veille à partir de 17h

**Fin :** le dimanche à 16h30

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

**Annulation :**

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

**Le CENTRE VEDANTIQUE est situé à 30km de Paris (est).**

**Il est facilement accessible en :**

**RER E (gare Haussman St-Lazare - gare du Nord)**

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

**Venir en RER :** par la ligne E depuis Paris, au départ de la Gare Haussmann-St Lazare ou de la station Magenta-Gare du Nord, prendre la direction de Tournan. En descendant à Gretz-Armainvilliers, emprunter la passerelle « sortie rue d'Alsace ». Une fois sur la rue d'Alsace, dirigez-vous pendant 50 mètres vers la droite à travers le parking jusqu'au Bd Romain Rolland. Le Centre se trouve à 10 mn à pied de la gare.

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

# Herboristerie AYURVEDA



**Formation**

**CORPS**

**2024-25**

**10 week-ends**

avec Vaidya Rajalakshmi Chellappan

**Les principes ayurvédiques et  
leur application au quotidien**

---

**CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA**

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

# Herboristerie : principes ayurvédiques et leur application au quotidien

La formation consiste en une série de 10 week-ends.

Chaque week-end aborde un thème unique et comporte :

- une partie pratique
- une partie théorique
- une partie herboristerie avec préparation de produits

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.

Une attestation de présence sera remise aux participants ayant fait les 10 week-ends sans aucune absence.

**La participation à cette formation est ouverte à toutes les personnes ayant suivi au minimum une année de formation en ayurveda.**

## PROGRAMME INDICATIF tous les jours

**6h-7h15** Office du matin : méditation silencieuse, chants de mantra, lectures d'enseignements védantiques

8h00 Petit déjeuner

8h30 Karma yoga\*

12h00 Déjeuner

12h30 Karma yoga\*

13h30 Repos

16h30 Pause thé

**18h-19h** Office du soir : méditation silencieuse, chants

19h30 Dîner

20h00 Karma yoga\*

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

## Thèmes abordés \*

**21-22 septembre**

Immunité et purification d'eau : renforcer son système immunitaire avec le principe ayurvédique.

**12-13 octobre**

Etats psychologiques : conseils ayurvédiques pour soulager stress, angoisse, dépression.

**9-10 novembre**

Système digestif : agni, feu digestif, détox, élimination des déchets.

**14-15 décembre**

Problèmes ORL : combattre les conditions de déséquilibre, poumon, nez, gorge, etc.

**25-26 janvier**

Cœur et symptômes circulatoires : forcer le système circulatoire et cœur.

**22-23 février**

Hormones, hygiène féminin : équilibrer les hormones et maintenir le système féminin, ménopause, etc.

**22-23 mars**

Peau, beauté, préparation des soins cosmétiques : soins et compléments pour la beauté.

**26-27 avril**

Migraine, insomnie, trouble de sommeil : point de vue et solutions.

**17-18 mai**

Douleurs des os : recommandations ayurvédiques.

**28-29 juin**

Prakriti, saisons et températures : constitution fondamentale, régime pour les saisons, maintien des variations des températures

\* les thèmes sont susceptibles de modification

Une attestation de présence sera remise aux participants ayant fait les 10 week-ends sans aucune absence.

**La participation à cette formation est ouverte à toutes les personnes ayant suivi au minimum une année de formation en ayurveda.**

## Bulletin d'inscription Ayurveda - herboristerie

NOM .....

Prénom .....

Adresse .....

CP ..... Ville .....

Pays .....

Téléphone .....

Mail .....

**L'inscription est obligatoire pour les 10 week-ends.**

**Tarifs pour les 10 week-ends :**

Pension complète			Externe		
Soutien	Base	Jeune (18-25)	Soutien	Base	Jeune (18-25)
2200€	2000€	1600€	1400€	1300€	1100€

**J'entoure le tarif que je choisis**

Je joins la totalité de mon règlement en 1 ou plusieurs chèques :

- ..... (max. 10) chèques de .....€

Les chèques sont à l'ordre du CVR.

Ils sont encaissés régulièrement, avant les week-ends.

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

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

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

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

J'accepte les conditions générales d'inscription détaillées au dos.

Renvoyez le bulletin et le règlement au  
CVR

64 bd Victor Hugo

77220 Gretz-Armainvilliers

