



**Programme d'enseignement 2018-2019**  
**Les Groupes d'étude**  
Activité animée par Swamini UMANANDA



**Enseignement – Groupe 1 (GE1)**

**Atelier : "Se connaître à la lumière de la spiritualité".**

Ce groupe enseigne un chemin d'harmonie, en appui sur la psychologie fine fondant la spiritualité indienne. Ce chemin implique deux choses :

- ▶ une intention : le désir d'évolution,
- ▶ la capacité à modifier certains aspects de sa personnalité ou de son style de vie quand ils nuisent à l'harmonie : notions erronées sur soi-même, sur la vie, sur le monde, valeurs, comportements, habitudes ...

Ce groupe a une forte dimension pratique, avec des techniques permettant de s'approprier une nouvelle vision du monde et de soi-même. Il inclut du travail personnel. Le format du Groupe est le suivant :

- un atelier de 4h par mois, d'octobre 2018 à mars 2019
- sur la même période : le suivi des sessions de méditation conduites par Swamini Umananda au Forum-104, le jeudi soir à 18h30.

**DATES ET HORAIRES :**

- **ATELIERS avec enseignement, échanges, chant, méditation, yoga nidra, le dimanche, de 11h00 à 16h, les :** 14 octobre 2018, 4 novembre, 2 décembre, 20 janvier 2019, 17 février et 31 mars (pause de 45 mn avec panier-repas).

Les cours ont lieu au Centre Chinmaya (Paris 15<sup>e</sup>).

- **MÉDITATIONS :** 11 & 25 octobre 2018, 8 & 29 novembre, 13 décembre, 17 & 31 janvier, 14 & 28 février, 14 & 28 mars. Sessions au Forum-104, Paris 6<sup>e</sup>.

**MODALITÉS DE PARTICIPATION POUR LE GROUPE 1**

**FORFAIT 6 ateliers et 11 méditations (cotisation comprise) = 325€**

**Renseignements et inscriptions :** chinmayamissionfrance@orange.fr  
Tél : 06 77 73 24 70 - Site internet : [http://: chinmayafrance.fr](http://chinmayafrance.fr)

**Enseignement – Groupe 2 (GE2)**

**Groupe : "APPLIQUER LE VEDÂNTA DANS SA VIE QUOTIDIENNE"**

Cet atelier est conçu pour permettre un approfondissement à la fois de la vision et de la pratique du Vedânta. Il sera consacré à l'étude de "**Vedânta cintanam**", texte qui guide dans la mise en pratique des enseignements. C'est une composition de Swami TEJOMAYANANDA, l'ancien responsable de la Chinmaya Mission.

**Au programme :** étude du texte, avec chant des versets sanskrits et étude du mot à mot, méditation, chant.

Travail personnel demandé aux participants (avec partages et échanges).

**DATES et HORAIRES : VENDREDI, 18h30-20h15 les :**

<b>28 septembre 2018</b>	<b>1er et 15 février</b>
<b>12 et 26 octobre</b>	<b>1er et 22 mars</b>
<b>9 et 30 novembre</b>	<b>5 et 19 avri</b>
<b>14 décembre</b>	<b>10 et 24 mai</b>
<b>4 et 18 janvier 2019</b>	<b>14 et 28 juin</b>

**Enseignement - Groupe 3 (GE3)**

**ÉTUDE APPROFONDIE DE LA BHAGAVAD GÎÂ**

*Ouvert à ceux ayant suivi le Groupe 2.*

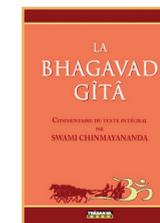
**Étude du chapitre XVII : "LA TRIPLE DIFFÉRENCIATION DE LA FOI**

**"Enseignement traditionnel** de la Bhagavad Gîtâ : étude détaillée de chaque verset, chant de la Bhagavad Gîtâ, méditation, questions-réponses.

Dans ce chapitre, Shri Krishna revient sur le thème des Guna et explique en détail la foi exprimée dans les divers domaines d'activité.

**DATES et HORAIRES : SAMEDI, de 15h à 18h, les :**

<b>29 septembre 2018</b>	<b>2 et 16 février</b>
<b>13 et 27 octobre</b>	<b>2 et 23 mars</b>
<b>10 novembre</b>	<b>6 et 20 avril</b>
<b>1er et 15 décembre</b>	<b>11 et 25 mai</b>
<b>5 et 19 janvier 2019</b>	<b>15 et 29 juin</b>



**MODALITÉS DE PARTICIPATION POUR LES GROUPES GE2 & GE3**

- ✿ **Cotisation** à l'association à régler à l'inscription (30€ ordinaire ou 50€ soutien).
- ✿ **+ Frais de structure** à régler à l'inscription : frais couvrant les charges liés au déroulement des activités (entre 170 et 200 euros selon le nombre d'élèves).
- ✿ **+ Enseignement : Offrande consciente** à l'association.