



## Programme d'enseignement 2021-2022

Les Groupes d'étude : GE1 - GE2 - GE3

### Enseignement – Groupe 1 (GE1)

#### Atelier : "Se transformer à la lumière de la spiritualité".

Ce groupe enseigne un chemin de transformation qui est en appui sur la psychologie fine incluse dans la spiritualité indienne. Par les enseignements transmis dans cet atelier, les participants sont invités à découvrir les méthodes permettant de voir, puis de modifier les habitudes, les schémas de pensée qui nuisent à l'harmonie. Ce groupe a une forte dimension pratique. Il inclut du travail personnel.

#### Le format de l'activité est le suivant :

- Atelier de 6h, un dimanche par mois, sur 6 mois (novembre 2020-avril 2021).
- et sur la même période : le suivi des sessions de méditation conduites par Swamini Umananda, le jeudi soir de 18h30 à 19h30.

Si le rythme suivi par le Groupe le permet, une découverte de la vision du Vedânta sera abordée dans la dernière partie du programme.

#### DATES & HORAIRES du Groupe 1 :

- **JOURNÉES d'ATELIERS** avec enseignement, échanges, chant, méditation, yoga nidra, de 10h30 à 16h30, aux dates suivantes : les dimanches 28 novembre et 12 décembre 2020, puis 9 janvier, 13 février, 13 mars et 10 avril 2021. (pause de 45 mn le midi : chacun amène son panier-repas).
- **et MÉDITATIONS** : les jeudis 11 novembre, 9 décembre 2020, 13 janvier, 10 février, 10 mars, 21 avril.

**Frais de participation = 400€ (forfait incluant les 6 ateliers ainsi que les 6 méditations) + Cotisation (30€ ou 50€ au choix).**

#### MODALITÉS DE PARTICIPATION POUR LES GROUPES 2 & 3

- \* **Cotisation** à l'association à régler à l'inscription.
- \* **+ Frais de structure** à régler à l'inscription : frais couvrant les charges liés au déroulement des activités (170€ à 200€ selon nombre de participants et de sessions).
- \* **+ Offrande consciente** à l'association pour l'enseignement reçu.

**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 d'approfondissement : "Quel est l'aspect le plus important de la pratique spirituelle ?"

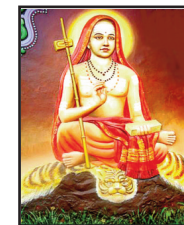
(Ouvert à ceux ayant suivi le groupe 1)

Cet atelier est conçu pour permettre un approfondissement à la fois de la vision et de la pratique du Vedânta. L'étude se fera en appui sur un très beau texte de Ramana Maharsha : "Upadesha Sâr" (Essence de l'enseignement spirituel").

**Au programme :** enseignement à partir des versets, méditation, chant, échanges en fin de sessions. Travail personnel demandé aux participants.

#### DATES & HORAIRES du Groupe 2 : VENDREDI 18h30-20h15 les :

15 & 29 octobre 2021	11 & 25 mars 2022
12 & 26 novembre 2021	8 avril (en ligne) & 29 avril 2022
10 décembre 2021	6 & 20 mai 2022
14 & 28 janvier 2022	10 & 24 juin 2022
11 & 25 février 2022	



### Enseignement - Groupe 3 (GE3)

#### ETUDE TRADITIONNELLE DES ECRITURES DE L'INDE

Ouvert uniquement à ceux ayant étudié la Bhagavad Gîtâ au sein de la CMF.

#### Cette année : étude de la Katha Upanishad

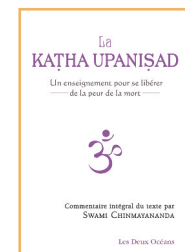
Enseignement traditionnel du texte : étude détaillée de chaque verset, méditation, questions-réponses.

Texte de référence :

- "La Katha Upanishad" commentée par Swami Chinmayananda, Ed. les Deux Océans (22€)

#### DATES & HORAIRES : 15h-18h les SAMEDIS :

16 & 30 octobre 2021	12 & 26 mars 2022
13 & 27 novembre 2021	9 & 30 avril 2022
4 décembre 2021	7 & 21 mai 2022
8 & 29 janvier 2022	11 & 25 juin 2022
12 & 26 février 2022	



#### ADRESSE pour ces trois activités :

**CENTRE CHINMAYA SHAKTI - 7 square Desaix - 75015 PARIS**  
**Metro : Dupleix (code donné à l'inscription)**