

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 développons 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



Isabelle - Ishwari

Issue de trois générations de musiciens, Isabelle a été soliste de l'orchestre de Douai durant 15 ans et a travaillé avec les grands noms du monde musical (Georges Prêtre, Frederic Lodéon, Fontanarosa, ...). Elle enseigne actuellement au Conservatoire de Région de Douai

et joue au sein du Sinfonietta de Douai et du Valenciana Orchestra.



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

Tarif interne : 150€ / externe : 75€

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

en externe : petit-déjeuner et déjeuner compris ; repas du soir en supplément (12€)

Accueil la veille au soir à partir de 17h

Fin du séminaire le dimanche à 17h.

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 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, l'acompte 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 Haussmann 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.



14 au 16 juillet 2023

CORDES EN JOIE

Une initiation au violoncelle

avec Isabelle - Ishwari



CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

64, bd Victor Hugo, 77 220 Gretz

Tél. 01 64 07 03 11 - Fax 01 64 42 03 57

contact@centre-vedantique.fr

www.centre-vedantique.fr

Cordes en Joie

Une initiation au violoncelle

« Le violoncelle est plus qu'un instrument. Il met en cause le musicien dans toutes ses virtualités, explore les aspects de sa personnalité. Le violoncelle doit combiner tout à la fois l'équilibre corporel du danseur, la vigilance et la compétence de l'artisan, la précision du geste du peintre, la mémoire et la présence du comédien. »

L'approche du violoncelle met en jeu l'Homme dans sa totalité.

Le but de ce séminaire est d'associer l'expérience de la musique et l'expérience de la vie dans un ashram.

Pour cela, le travail de l'instrument sera pensé comme un service, une offrande et un partage dans la joie et la gratitude, comme un exercice de concentration, de dextérité dans l'action, de créativité, de patience, de foi et d'ouverture du cœur, comme une expérience de la manifestation de l'Infini à travers l'harmonie de la musique et le jeu ensemble, de telle sorte que la pratique du violoncelle et la participation aux méditations se feront dans un même mouvement. La pratique de la méditation comme celle d'un instrument s'acquiert par l'expérience et appelle à vivre intensément la conscience du moment présent. Ainsi nous essaierons de ne pas chercher le résultat de l'activité mais d'orienter l'ardeur et le désir de perfection sur l'activité elle-même, afin de libérer l'esprit.

Ce travail se fait à plusieurs : chacun apprendra aussi non seulement à écouter son propre jeu mais aussi à écouter les autres, et à chercher l'équilibre harmonieux. Nous apprendrons ainsi la confiance en soi et dans les autres. Une rapide présentation sera faite de l'histoire du violoncelle, des bois utilisés pour sa fabrication, de l'archet, des possibilités du jeu du violoncelle.

L'apprentissage se fait au moyen de couleurs : à chaque corde est associée une couleur (celle du soleil pour la plus aiguë, celle du ciel pour la corde en-dessous, celle des végétaux pour la corde encore en-dessous et celle de la terre pour la plus grave) et au moyen de formes géométriques.

Programme indicatif

tous les jours

6h Office du matin : méditation, chants de mantra, lectures

8h00 Petit déjeuner

8h30 Karma yoga*

12h00 Déjeuner

12h30 Karma yoga*

13h30 Repos

16h30 Pause thé

18h-19h Office du soir : méditation silencieuse et chants

19h30 Dîner

20h00 Karma yoga*

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

Vendredi 14 juillet

15h-16h30 Atelier 1

20h30 Chant des mantras et autres prières védiques

Samedi 15 juillet

9h30 - 11h45 Atelier 2

14h - 16h30 Atelier 3

Dimanche 16 juillet

9h30 - 11h30 Atelier 4

14h - 16h30 Atelier 5



Ce séminaire s'adresse à tous ceux qui souhaitent découvrir cet instrument, sans condition d'âge. Taille requise minimale de 1m50 car nous utilisons des violoncelles entiers.

Tout le matériel est prêté sur place.

Bulletin d'inscription

Cordes en joie
Une initiation au violoncelle

14 au 16 juillet 2023

NOM
Prénom
Adresse
CP Ville
Pays
Téléphone
Mail

Tarifs : interne : 150€ / externe : 75€

Accueil à partir de 14h30.

Fin le dimanche à 16h30.

Je m'inscris en : ☐ externe ☐ interne

☐ Je joins mon chèque d'acompte de 50% soit €
(1 chèque par week-end) - à l'ordre du CVR

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

Renvoyez votre bulletin et le règlement au CVR

64 bd Victor Hugo

77220 Gretz-Armainvilliers

ou inscrivez-vous en ligne

