

15 - 20 avril 2021

« **Karma Yoga** »
Bénévolat

MAÇONNERIE

avec Isha



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

Pour mémoire...

Votre temps de bénévolat : accueil la veille à partir de 17h00, repas à 19h30, si vous voulez être en interne.

Quel tarif ?

Frais de séjour interne : 30 €/j
externe : panier-repas à 9€

Le prix inclut :

En interne : pension complète ; chambres individuelles avec sanitaires à l'étage (3 paniers-repas, draps et serviettes fournis)

En externe : les repas sont des paniers-repas

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

Le respect des gestes barrières est demandé à l'ensemble des participants : port du masque (ne les oubliez pas), utilisation du gel hydroalcoolique, distanciation...

Merci de prévoir des habits de travail et des bottes.
N'oubliez pas vos masques.

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.



Le « karma yoga » à travers la maçonnerie

कर्मयोग

Le bénévolat, karma yoga ou yoga de l'action

L'art d'agir de façon désintéressée, ou comment l'individualité se fond dans l'acte pour s'unir au plus grand. Ce n'est pas l'action en soi qui crée du karma mais l'intention avec laquelle elle est effectuée. Sri Krisna le souligne très clairement à Arjuna dans la Baghavad Gita : « C'est à l'action que tu as droit, seulement à l'action et jamais à ses fruits ; que les fruits de ton action ne soient point ton mobile ».

Par le karma yoga, nous avons l'occasion d'abandonner toute notion de possession (ego), de valorisation ou de reconnaissance qui entravent l'évolution en créant de l'attachement et donc de la souffrance. Par le karma yoga nous purifions la volonté, le cœur et le mental par l'action, agir sans attachement, être au service de valeurs communes et développons la discipline nécessaire pour avancer sur le chemin de l'évolution.

Swami Brahmananda disait aux novices de son ordre : « Si vous désirez travailler comme il le faut, vous devez ne pas perdre de vue deux grands principes : en premier lieu, un profond respect pour le travail entrepris ; en deuxième lieu, une indifférence complète à ses fruits. C'est ce qu'on appelle le secret du Karma-Yoga. »

Ce temps de bénévolat est un voyage intérieur, une introspection, avec des pratiques quotidiennes de méditation pour observer l'état de notre mental et de nos pensées sont paisibles, paresseuses ou créatrices...

Votre bénévolat

vous participez à la réalisation de places de parking accessibles

- faire un métré du chantier,
- faire les niveaux
- préparer un fond de forme et un coffrage
- faire une chape en béton armé, faire un sol en béton désactivé
- préparer un mortier sable et chaux, rejointoyer
- ...

ORGANISATION DES ACTIVITÉS

tous les jours

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

8h00 Petit déjeuner *

8h30 Karma yoga

12h00 Déjeuner *

12h30 Karma yoga

16h15-16h45 Pause thé

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

19h00 Karma yoga

19h30 Dîner *

20h30 Programme du soir

* les repas sont servis sous la forme de panier-repas ou plateaux.

mercredi 14 avril

A partir de 17h, accueil des bénévoles

19h30 Dîner

20h30 Programme du soir

jeudi 15 à lundi 19 avril

9h-11h30 Karma yoga - Maçonnerie

13h30-16h15 Karma yoga - Maçonnerie

16h45-17h45 Karma yoga - Maçonnerie

mardi 20 avril

9h-11h30 Karma yoga - Maçonnerie

13h30-16h15 Karma yoga - Maçonnerie

16h45 Rangement des chambres

17h45 Fin du bénévolat



Isha

Responsable depuis plus de dix ans de la petite ferme laitière et pédagogique du Centre védantique, Isha nous permet d'entrer en contact

avec les animaux, leur apporter nos soins, de développer la créativité et l'efficacité dans les activités quotidiennes. Etre au contact de la ferme et de ses habitants nous permet d'appréhender d'eux mais surtout de nous-mêmes.

Bulletin d'inscription

NOM

Prénom

Adresse

CP Ville

Pays

Téléphone

Mail

15 - 20 avril 2021 Interne : 30€/j

Externe : le panier-repas 9 €

Je joins le chèque de €

Chèque à l'ordre du CVR

Le prix inclut :

En interne : pension complète ; chambres individuelles avec sanitaires à l'étage (3 paniers-repas, draps et serviettes fournis)

En externe : les repas sont des paniers-repas

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

Je m'engage à respecter les gestes barrières et la réglementation en vigueur : port du masque, utilisation du gel hydroalcoolique, distanciation

J'amène mes bottes, mes vêtements de travail, mes masques

Pour les bénévoles qui viennent en interne :
accueil la veille à partir de 17h.

Renvoyez votre bulletin et le règlement au CVR

64 bd Victor Hugo

77220 Gretz-Armainvilliers

