



Cycles de formation de L'Université de l'Homme

**« 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

Tarif interne : 180€ / externe : 120€
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 de stage le vendredi à 16h

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 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.

du 16 au 18 août 2023

YOGA DU CHANT

Technique vocale

avec Florian WESTPHAL



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

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.

Yoga du Chant Technique vocale

La technique vocale sera abordée à la façon d'un yoga: prise de conscience du corps, éducation du souffle, proprioception des vibrations du corps pendant le chant, harmonisation du geste vocal, identification des quatre registres de la voix, découverte de son registre et sa couleur vocale personnels, vocalises progressives, apprentissage des chants du CVR.

Ce stage est ouvert à tous. Il est particulièrement destiné à ceux qui pensent ne pas être doués pour chanter mais qui en ont l'ardent désir.

Bienvenue à toutes et tous !

Ces journées s'insèrent dans les pratiques monastiques du CVR, c'est-à-dire la méditation de 6h, la puja de 10h30 et l'arati de 18h.



Florian Westphal

a été chanteur soliste d'opéra pendant plus de vingt ans. Il est aujourd'hui chef de chœur et professeur de chant.

Il a été initié au chant des mantras par Swami Veetamohananda, et à la musique indienne par Dattatreya Velankar. Le répertoire de chant du CVR lui a été transmis par Swami Devatmananda.

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, épluches, nettoyage...)*

pour le stage

mardi 15 août

17h Accueil des participants internes

mercredi 16 août

6h Méditation

7h20 Hatha yoga

9h30 - 11h30 Chant avec Florian

15h - 17h Chant avec Florian

20h30 Programme du soir

jeudi 17 août

6h Méditation

7h20 Hatha yoga

9h30 - 11h30 Chant avec Florian

15h - 17h Chant avec Florian

20h30 Programme du soir

vendredi 18 août

6h Méditation

7h20 Hatha yoga

9h30 - 11h30 Chant avec Florian

15h - 16h Chant avec Florian

16h Fin de stage



Bulletin d'inscription

Yoga du Chant Technique vocale 16 au 18 août 2023

NOM

Prénom

Adresse

CP Ville

Pays

Téléphone

Mail

Tarifs : interne : 180€ / externe : 120€

Je m'inscris en externe interne

Je joins mon/mes chèque(s) d'acompte de 50%
(1 chèque par week-end) - à l'ordre du CVR

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

Envoyez votre bulletin et le règlement au CVR

64 bd Victor Hugo

77220 Gretz-Armainvilliers

ou inscrivez-vous en ligne :

copiez-collez le lien dans votre navigateur

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

