

**« 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

Quel tarif ? interne : 120€ / externe : 60€
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 (avec une première séance à 20h30) - **Fin** de stage le dimanche 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 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.

**séminaires
2022 - 2023**

YOGA DU CHANT

technique vocale et mantras

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



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

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 et mantra

Cette année, tous les week-ends de Yoga du Chant sont ouverts à toutes et tous.

Cet enseignement comprend la préparation du corps au son, la technique vocale, l'apprentissage de chants védantiques et dévotionnels, les mantra-japas, les chants méditatifs, l'initiation à la musique indienne avec l'intervention en direct d'Inde de Dattatreya Velankar, et la philosophie védantique.

La participation à ces week-ends ne nécessite aucune connaissance musicale ou vocale préalable, sans aucune nécessité d'avoir suivi le ou les week-ends précédents et sans engagement à assister aux suivants. Chaque week-end est unique. Bienvenue !

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

Diplômé du Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse de Paris en chant et en écriture au terme d'une formation complète et polyvalente incluant direction de chœur, mise en scène, piano, jazz et percussion. Après 25 années passées à chanter l'opéra, sur les scènes lyriques françaises et internationales, il s'est consacré à l'enseignement du chant, et particulièrement aux rapports entre la technique de chant classique et le yoga. Il a été initié au Védanta par Swami Veetamohananda, dont il a suivi l'enseignement de 2003 à sa disparition en 2019.

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

vendredi

17h Accueil des participants internes
20h30 Chants et prières universelles

samedi

7h20 Hatha yoga
9h30 - 11h30 Chant avec Florian
15h - 17h Chant avec Florian
20h30 Programme du soir

dimanche

7h20 Hatha yoga
9h30 - 11h30 Chant avec Florian
15h Initiation à la musique indienne
16h Fin de stage



Bulletin d'inscription Yoga du Chant 2022-23

NOM
Prénom
Adresse
CP Ville
Pays
Téléphone
Mail

Tarifs week-ends interne : 120€ / externe : 60€

- 1er-2 octobre : externe interne
 26-27 novembre : externe interne
 18-19 février : externe interne
 25-26 mars : externe interne
 15-16 avril : externe interne
 13-14 mai : 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.

Renvoyez votre bulletin et le règlement au CVR
64 bd Victor Hugo
77220 Gretz-Armainvilliers

