



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 Vedānta par Swami Veetamohananda.

*« 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*



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

Conditions générales d'inscription : (tarifs par week-end)

| Pension complète | | | Externe | | |
|------------------|------|---------------|---------|------|---------------|
| Soutien | Base | Jeune (18-25) | Soutien | Base | Jeune (18-25) |
| 160€ | 140€ | 100€ | 80€ | 70€ | 50€ |

en interne : pension complète ; chambres à 2 ou 3 lits avec sanitaires à l'étage (draps et serviettes fournis)

en externe : déjeuner compris ; repas du soir en supplément (14€)

Accueil : la veille à partir de 17h

Fin : le dimanche à 16h30

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 de la formation, une somme forfaitaire de 20€ pour frais administratifs sera conservée, le reste vous sera retourné
 - moins de 2 semaines avant le début de la formation, 20% du montant de l'inscription 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.

YOGA DU CHANT

Initiation pour tous



Formation

ART

2024-25

6 week-ends

avec Florian WESTPHAL

CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

64, bd Victor Hugo, 77220 Gretz-Armainvilliers
Tél. 01 64 07 03 11 - 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 initiation pour tous

Ces journées sont constituées d'un enseignement de technique vocale, abordée à la façon d'un yoga. Il s'agit d'éveiller une intuition juste des rapports entre la voix, le corps et l'espace. A partir de cette dernière, nous essayerons de vivre ensemble cette forme de spiritualité spécifique au chant des mantras. L'enseignement comprend la préparation du corps au son, la technique vocale, l'apprentissage de chants védantiques et dévotionnels, les mantra-japas, les chants méditatifs...

Ces trois week-ends d'initiation sont ouverts à tous sans conditions préalables de niveau musical, sans aucune nécessité d'avoir suivi le ou les week-ends précédents et sans engagement à assister aux suivants.

Chaque week-end est unique.

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.

Bienvenue !

6 week-ends de formation

12-13/10/24 • 9-10/11/24 • 25-26/01/25
1-2/03/25 • 12-13/04/25 • 24-25/05/25

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...)

Programme spécifique au séminaire

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
16h30 Fin



Bulletin d'inscription Yoga du chant 2024-25 - Initiation

NOM
Prénom
Adresse
CP Ville
Pays
Téléphone
Mail

Tarifs par week-end :

| Pension complète | | | Externe | | |
|------------------|------|---------------|---------|------|---------------|
| Soutien | Base | Jeune (18-25) | Soutien | Base | Jeune (18-25) |
| 160€ | 140€ | 100€ | 80€ | 70€ | 50€ |

J'entoure le tarif que je choisis

Je m'inscris aux week-ends :

12-13/10/24 9-10/11/24 25-26/01/25
 1-2/03/25 12-13/04/25 24-25/05/25

Je joins la totalité de mon règlement en 1 ou plusieurs chèques :

- (max. 6) chèques de€

Les chèques sont à l'ordre du CVR.

Ils sont encaissés régulièrement, avant les week-ends.

Possibilité de s'inscrire en ligne pour payer par CB ou par virement

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

Séminaires > Inscription aux formations
ou en utilisant le QR-code



- Je souhaite un reçu et je joins une enveloppe timbrée à mon adresse.
- J'accepte les conditions générales d'inscription détaillées au dos.

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

