

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*



Julie Oosthoek-Radha

« Je fréquente le Centre Védantique Ramakrishna de Gretz depuis plusieurs années et j'anime depuis 3 ans des émissions sur « Radio Gandharva Gana ». J'enseigne la danse contemporaine et l'improvisation au Conservatoire de Bordeaux, ainsi que le yoga dans diverses structures. Passionnée par la recherche et la pédagogie autour de l'être et du corps, je vois ces deux pratiques comme des sources de bien-être, de créativité et de développement de soi. Mais aussi comme de véritables chemins spirituels. Très intéressée par les démarches holistiques et la santé au naturel, je suis également conseillère agréée en fleurs de Bach et formée dans différentes approches de l'aromathérapie. »



**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)
2j	160€	140€	100€	80€	70€	50€
3j	240€	210€	150€	120€	105€	75€

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 (avec une séance à 20h30)

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.

VIVRE LE YOGA PAR LA DANSE



Formation

ART

2024-2025

22-23/02/25 • 26-27/04/25

12-13-14/07/25

avec Julie Oosthoek-Radha

CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

64, bd Victor Hugo, 77220 Gretz-Armainvilliers
Tél. 01 64 07 03 11 - contact@centre-vedantique.fr
www.centre-vedantique.fr

Vivre le yoga par la danse

L'expression artistique elle-même est une manifestation de l'Infini. La danse peut être considérée comme un yoga, une pratique « physico – psycho – spirituelle » qui touche notre être tout entier, dans toutes ses dimensions. Elle est l'expression de notre essence profonde. Elle exprime le vivant qui danse en nous... Durant ces séminaires, des formes libres et improvisées guideront nos pas, mais aussi des enchaînements chorégraphiques accessibles, des mises en espace, des créations personnelles.

Au cœur de ces expressions, la conscience et l'intention qui sont la source de l'autonomie et la créativité réelle.

L'art, la danse : Une façon de se libérer, de s'élever.

La danse comme expression de la vie, une connexion au sacré, une façon d'honorer le divin en vivant ces instants de danse comme une « prière » .

Avec le soutien du silence et de musiques variées, méditatives, dévotionnelles et inspirantes, je vous accompagne vers une expression dansée connectée, créative et inspirée.

22-23/02/25

L'odyssée de l'espace

Durant ce séminaire nous porterons notre attention et notre recherche sur l'espace. En se connectant à son espace intérieur et extérieur, le danseur parvient à unifier son être tout entier. Les mouvements du corps deviennent alors une expression de direction, d'orientation, de forme et d'architecture, créant une symphonie visuelle dans l'espace. En explorant l'espace interpersonnel mettant en lien les différents acteurs du moment, en naviguant entre le proche et le lointain, entre un espace limité et un espace illimité, nous entrons dans une dynamique qui révèle l'espace du concret, de l'imaginaire et du symbolisme, offrant à celui qui danse un terrain infini d'exploration et de création.

26-27/04/25

La poésie de l'instant : intention, trace et mémoire

Ce second séminaire sera orienté vers la créativité et la poésie du mouvement. Il s'agit d'explorer les profondeurs de la créativité et de la singularité du mouvement, de nourrir le langage chorégraphique et les intentions poétiques à travers une multitude de consignes et d'imaginaires. Être pleinement ancré dans le présent permet de saisir la trace et la vibration laissées

par chaque mouvement dans l'espace et le temps, plongeant ainsi dans l'exploration de l'éphémère et de la mémoire de l'instant. C'est dans cette fusion entre l'ici et maintenant et la réminiscence des gestes passés que se révèle toute la magie et la profondeur de l'art de la danse.

12-14/07/25 (3j)

Danse – nature et huiles essentielles

Dans ce dernier séminaire de l'année, nous fonderons notre recherche sur notre relation à la nature. Nous danserons en intérieur et en extérieur (sous réserve de la météo) dans le magnifique cadre que nous propose le Centre védantique, et plongerons dans l'univers des huiles essentielles. Danser sa nature, danser la nature, danser avec la nature. Inspirée par les éléments de la nature – le vent, les animaux, les plantes, les cycles – la danse devient une ode à la beauté et à l'harmonie du monde qui nous entoure. Nous verrons comment les parfums des huiles essentielles peuvent accompagner ce voyage. En nous laissant toucher par l'âme des plantes à travers les huiles essentielles, nous pourrions recevoir et danser leur message, nous connectant ainsi à la sagesse et à la beauté de la nature qui nous entoure.

Accessible à tous, ces séminaires s'adressent à toute personne curieuse ou ouverte à de nouvelles expériences.

Programme indicatif

tous les jours

6h Méditation, chants

8h00 Petit déjeuner

8h30 Karma yoga*

12h00 Déjeuner

12h30 Karma yoga*

13h30 Repos

16h30 Pause thé

18h Méditation silencieuse,

chants

19h30 Dîner

20h00 Karma yoga*

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

Programme type spécifique au week-end

Vendredi

17h Accueil des participants

20h30 Rencontre et présentation

Samedi et dimanche

7h15-8h Yoga

9h30-11h45 Danse

14h-16h15 Danse



Bulletin d'inscription

Vivre le yoga par la danse

2024-25

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)
2j	160€	140€	100€	80€	70€	50€
3j	240€	210€	150€	120€	105€	75€

J'entoure le tarif que je choisis

Je m'inscris aux week-ends :

22-23/02/25 26-27/04/25 12-14/07/25 (3j)

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

- (max. 3) 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

