

**« 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 : 120€  
pension complète ; chambres avec sanitaires à l'étage (draps  
et serviettes fournis)

**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 im-  
possible par téléphone) :
  - plus de 2 semaines avant le début du stage, une somme  
forfaitaire de 20€ pour frais administratifs sera conser-  
vée, 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 Hauss-  
mann-St Lazare ou de la station Magenta-Gare du Nord, prendre la  
direction de Tournan. En descendant à Gretz-Armainvilliers, emprun-  
ter 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  
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 : 120€

- 1er-2 octobre 2022
  - 26-27 novembre 2022
  - 18-19 février 2023
  - 25-26 mars 2023
  - 15-16 avril 2023
  - 13-14 mai 2023
- 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

ou inscrivez-vous en ligne :

