# 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 développions 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 »***
***Sri Ramakrishna***

***« Y a-t-il quelque chose qu'il faille davantage enseigner***
***que l'unité de l'Univers et la foi en soi-même ? »***
***Swami Vivekananda***

---

**Lina Do Carmo**
Chorégraphe, mime-danseuse, élève directe de Marcel Marceau. Chercheuse passionnée de l'archéologie. Enseigne différentes techniques du corps pour l'acteur et le danseur en Europe et au Brésil. Depuis 2017, enseignante de physiodynamique pour l'acteur de cinéma à la Ruhrakademie de Schwerte en Allemagne. Transmet les Mouvements de Gurdjieff depuis des années. Auteure de l'ouvrage « Corpo do Mundo » et de plusieurs articles publiés. Titulaire d'un Master en danse de l'Université Paris 8. PhD en Théâtre et Arts de scènes de l'Université de Bourgogne Franche-Comté.

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

**Conditions générales d'inscription :** (tarifs du 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 18h

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 théâtre

## Le courage d'être, démasquer le vrai «je»

UNIVERSITÉ DE L'HOMME

**Formation** **ART**

## 14-15/06/25

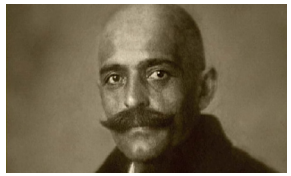
avec Lina Do Carmo

**Danses et Mouvements-GURDJIEFF**


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

# Yoga du théâtre : Le courage d'être, démasquer le vrai «je»

## Danses et Mouvements-GURDJIEFF



*« Il est très difficile d'être sincère avec soi-même, car une épaisse croûte a poussé sur ton essence. Chaque année, un homme met une nouvelle robe, un nouveau masque, l'un après l'autre.*
*Tout cela doit être enlevé progressivement - il faut se libérer, se découvrir. Tant que l'homme ne se découvre pas, il ne peut pas voir. »* L. Gurdjieff

Les danses de Gurdjieff aussi appelées « Mouvements » font partie de l'enseignement nommé « le travail sur soi ». Provenant de sources de connaissances ancestrales spirituelles engagées pour l'expansion de la conscience, les mouvements diffèrent également de ce qui est communément compris en tant que danse. Le but est de transférer notre attention de la personnalité vers l'essence de notre être.

La pratique des mouvements s'adresse aux chercheurs de la connaissance de soi. En pratiquant les mouvements on peut vivre une expérience particulière de l'attention et créer un moyen direct d'être présent en nous-mêmes. Dans ce travail de transformation, l'objectif de ce module est d'élargir l'observation de soi afin d'atteindre l'harmonie intérieure avec le vrai Self. Se voir - Se souvenir de soi - demande du courage et une qualité d'attention.

Le corps est le lieu où s'opère le retour à soi, le dévoilement et avec cela un sentiment de réalisation de soi. Nous devons comprendre les oscillations émotionnelles en même temps que la sensualité du corps. Particulièrement en cette période d'intense instabilité planétaire, la méthode de Gurdjieff (Travail sur soi) offre des outils puissants pour choisir la meilleure façon de faire vibrer un état de présence. Avec les impulsions émanant du groupe, nous exerçons une posture apaisée et centrée, en travaillant sur les 3 dimensions : Émotionnelle, Intellectuelle et en nous connectant à la réalité plus profonde du Corps. Chaque geste dans la structure des mouvements et des rythmes crée des espaces pour éveiller notre conscience humaine plus spirituelle.

Cette pratique peut générer une vibration d'énergies plus fines à différents niveaux et connectée à la vie.
Une nouvelle qualité d'énergie fait naître des changements sensibles de notre présence : s'ouvre une autre manière de nous sentir et de nous comprendre.
En observant nos pensées, nos émotions et nos postures, en pratiquant les mouvements, on augmente la conscience de soi. Un tel effort d'auto-observation nous aide à être capable de faire face à la vie et aux drames quotidiens. En plus de effets psychosomatiques positifs, cette pratique peut éveiller un complet spectre de lumière créative en nous-même.

http://www.linadocarmo.de/en/teaching/workshops/gurdjieff-movements-and-dances/

*Séminaire ouvert à toutes et à tous, sans connaissances préalables.*

## Programme indicatif

***tous les jours***

*6h Office du matin : méditation, chants de mantra, lectures*
*8h00 Petit déjeuner*
*8h30 Karma yoga**
*12h00 Déjeuner*
*12h30 Karma yoga**
*13h30 Repos*
*16h30 Pause thé*
*18h-19h Office du soir : méditation silencieuse et chants*
*19h30 Dîner*
*20h00 Karma yoga**
** les temps de karma yoga sont nécessaires au fonctionnement de l'ashram (vaisselle, épluches, nettoyage...)*

### Programme spécifique

**Vendredi**

17h Accueil des participants

**Samedi**

9h-12h Atelier 1
14h-17h Atelier 2

**Dimanche**

9h-12h Atelier 1
13h-14h30 Atelier 2
15h-16h Conférence par Lina do Carmo
16h30-18h Atelier 3

# Bulletin d'inscription

## Yoga du théâtre : Le courage d'être, démasquer le vrai «je» 14-15/06/25

NOM .....
Prénom .....
Adresse .....
CP ..... Ville .....
Pays .....
Téléphone .....
Mail .....

**Tarifs du 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 joins un chèque à l'ordre du CVR :
pour la totalité du montant soit .....€
encaissé à réception

Les chèques sont à l'ordre du CVR.
Ils sont encaissés avant le séminaire.

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.

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