

JOYANANDA

SEMAINE DE LA JOIE À CHANTER
ET DE LA PAIX À DANSER

DU 17 AU 23 AOÛT 2026

**Abel M
Anandamayi
Dora Crislina**

Mantras & Chants Sacrés du Monde
Danses de la Paix Universelle
Corps, souffle et Voix
Danses de la Vie

DOMAINED'ESSART
La Touche, 16170 Genac
CHARENTE
Hébergement - Restauration



06 99 82 95 25 - 09 67 30 24 90
www.infini-terre.fr
infiniterre@gmail.com





JOYANANDA

SEMAINE DE LA JOIE À CHANTER ET DE LA PAIX À DANSER

RENDEZ-VOUS au Domaine d'Essart du 17 et 23 août 2026 (OU le 21 ou le 22 en soirée)

LES DANSES DE LA PAIX UNIVERSELLE

Depuis le début des temps, les chants, les histoires et les danses ont réuni les gens dans la vie quotidienne, les cérémonies et les célébrations.

Nées de cette tradition intemporelle, **les Danses de la Paix Universelle** sont une pratique collective simple mais puissante. S'inspirant de petits textes sacrés des nombreuses cultures du monde, elles mêlent chant, musique live et mouvement méditatif guidé en une prière pour la paix et une célébration de l'amour et de l'unité.

Les danses sont accessibles à tout le monde : faciles à apprendre, faciles à chanter et plus faciles à ressentir. **Aucune expérience préalable de chant ou de danse n'est requise.**

LES MANTRAS ET CHANTS SACRÉS DU MONDE

Chanter tous ensemble des chants sacrés... et laisser leurs vibrations résonner dans tout notre corps, jusque dans la moindre de nos cellules. Lorsque l'on Chante de tout notre cœur, comme des enfants : à pleine voix, de toute notre âme... il arrive un moment où ÇA chante. Le chant devient un flot simple et harmonieux, sans aucun contrôle, ni effort. On se surprend alors à pouvoir faire des notes que l'on pensait impossibles à chanter ou à pouvoir faire spontanément des improvisations vocales surprenantes.

LES ARTISTES

☆ **Dora Crislena** - Quand elle découvre les danses de la paix en 2009 en pleine formation d'art-thérapie c'est la révélation ! Une conviction intime se lève en elle : celle d'avoir enfin trouvé la pratique qui unifie tout ce qui la nourrit le plus : le chant, la danse, l'ouverture à toutes les spiritualités, l'unité et la joie. Elle vient de rencontrer sa famille d'âme.

Depuis, Dora a à cœur de transmettre cette pratique. Elle anime ainsi les Danses de la Paix Universelle lors des festivals, mais également chez elle ou auprès d'enfants dans les écoles et d'adultes en hôpital de jour.

Plus elle chemine avec les danses de la paix et plus elle est émerveillée : **elles sont une véritable médecine et une voie qui relie à la source.**

☆ **Anandamayi** - La relation au sacré, le retour à l'unité, par le chant, la musique et la danse est au cœur du chemin de vie de Cathy, Anandamayi. Citoyenne du monde, en perpétuelle quête de sens, baroudeuse, joyeuse, curieuse, c'est sur les bords du Gange, au cours de ses nombreux séjours en Inde qu'elle découvre la puissance des Mantras et se forme au Yoga du son.

Musicienne autodidacte, lors des Kirtans et cercles de chants, elle s'accompagne à la guitare ou l'harmonium. Les danses de la paix universelle ont été sa dernière révélation et elle est actuellement guide en émergence.

Au-delà de ses pratiques, elle aime rassembler de belles âmes afin de se rencontrer cœur à cœur et d'âme à âme et d'incarner la paix, l'amour et la joie. Elle a ainsi créé le festival « **Anand'Âmes** » en Picardie



☆ **Abel M** - Auteur, compositeur et écrivain, Abel écrit et compose des chansons d'éveil et de sagesse depuis plus de 40 ans. Il a ainsi composé son premier mantra « Ong Namō Gurudev Namō » en 1986.

À cette époque, il ne savait même pas ce qu'était un mantra. Il avait entendu ces sons chez un ami et les a mis en musique. C'est devenu le titre de son premier album avec **Orâma**, un compagnonnage d'artistes autour des mantras et chants sacrés du monde, fondé en 2012, et avec lequel il a enregistré 3 albums: « Vibrations », « Amba Mā » et « Au Cœur du Monde ».

Sa créativité dépasse le cadre des arts et touche l'éducation, la thérapie et diverses dimensions de la vie. Il est l'auteur du livre « Ramchandra, l'Enfant des Himalayas », édité en 2019 et réédité en 2025.

☆ **Josette Bonnet** - Musicienne, elle pratique la guitare acoustique depuis l'âge de 15 ans afin d'accompagner ses reprises et mantras. La danse, le chant, le massage, le yoga et le taï-chi ont nourri sa pratique. Puis elle se forme au chant lyrique en conservatoire et participe à 4 chorales et à divers ateliers de chants. Elle se forme et pratique également avec les plus grands interprètes du chant traditionnel de haute Bretagne.

En 2021, elle intègre le groupe de chanteuses « Malurette » qui anime les fest deiz et fest-noz, a cappella.

Elle rencontre les danses de la paix en 2011. Cette célébration de la vie et de la nature dans leur dimension la plus sacrée la touche. Depuis 1 an, elle accompagne avec sa guitare, humilité et attention Dora lors de ses ateliers.

SOIRÉES OUVERTES À TOUS

☆ **Vendredi 21 août** - 20 h 30 — Danses de la Paix Universelle

☆ **Samedi 22 août** - 20 h 30 — Mantras et Chants Sacrés du Monde

ARRIVÉE - PROGRAMME - DÉPART

☆ **Samedi 15 et dimanche 16 août**

Celles et ceux qui sont disponibles sont invités à rejoindre Abel et Cathy dès le samedi pour préparer ensemble le lieu, voire certains plats d'avance pour les repas de la semaine.

☆ **Lundi 17 août**

- o Arrivée à partir de 16 h 30 — Arrivée et Installation
- o 20 h 30 — Introduction à la semaine et Bain Sonore

Le programme de la semaine s'ajustera au jour le jour et d'instant en instant en fonction des inspirations, des besoins et de l'énergie du groupe. **Voici une possible journée type :**

- o 7 h 45 - 9 h 00 — Réveil corporel et Petit-Déjeuner
- o 9 h 00 - 12 h 00 / 15 h 00 - 18 h 30 / 20 h 30 - 22 h 30 — Ateliers
- o 12 h 00 - 14 h 30 — Préparation TOUS ENSEMBLE du déjeuner ET du souper – Déjeuner – Vaisselle
- o 18 h 30 - 20 h 30 — Fin de préparation du repas – Dîner – Vaisselle

☆ **Dimanche 23 août**

- o 9 h 00 - 11 h 30 — Programme spécial de clôture
- o 11 h 30 - 15 h 30 — Déjeuner – Rangement et nettoyage du lieu — **Départ à partir de 15 h 30**



ATELIERS

★ **Réveil corporel** – Anandamayi : pour se mettre en Vie et en Corps avant le petit-déjeuner.

★ **Danses de la Paix Universelle** – Dora : entre méditation en mouvement et chants sacrés, ces danses en cercle s'inspirent des traditions spirituelles du monde. Elles ouvrent à la Joie et célèbrent la vie en nous reconnectant à l'essentiel.

- ★ **Corps, Souffle et Voix** – Anandamayi : explorer et oser sa voix... expérimenter la magie des sons et des mantras - Conscience du souffle, des appuis, du geste vocal - Découverte des vertus du son, de la vibration - Écoute et sens du rythme - Circle-songs et jeux vocaux - Chants des mantras.
- ★ **Trans'enDanse** – Anandamayi : pieds nus sur le parquet, les yeux fermés, le danseur devient le Dansé, hors du temps - Lâcher le Mental - Libérer le Souffle - Onduler sur des Mélodies Enivrantes - Vibrer sur des Rythmes Extatiques - Contacter un espace de Paix et de Joie Intérieur - Aucune expérience de la Danse requise - Musiques : Tribale, Chamanique, Indienne, Amérindienne, Africaines, Celtique, Electro, New Age, Méditative...
- ★ **Cercle Taki Hampi** – Abel : « *Dans les temps qui viennent, les thérapies n'existeront plus. Tout passera par la vibration et par les arts qui rayonneront de leur dimension de transformation !* » Sagesse de l'Inde. « Taki Hampi » signifie « Chant de Guérison » en langue Quechua. Dans ces cercles de chants pas comme les autres, nous laissons l'Un-connu nous surprendre et nous guider... afin de donner et recevoir le meilleur de nous-même.
- ★ **Chansons d'Éveil** – Abel : chanter ensemble quelques-unes de ses chansons d'Éveil et de Sagesse, d'Humour et d'Amour inspirées au fil de sa vie.
- ★ **Danses de la Vie** – Abel : certaines de ses chansons originelles ont été adaptées pour chanter et danser ensemble, comme une méditation ou un rituel en cercle - Ho'Oponopono - La Main sur le Cœur - Âme Flamboyante...
- ★ **Kirtan** – Abel et Anandamayi : un art dévotionnel hindou pour célébrer le Divin en chantant des mantras, courtes prières en Sanskrit, Gumurki ou Tibétain, et infuser la Joie Pure en Soi et autour de soi.
- ★ **Surprises** – Abel, Anandamayi et Dora ont d'autres atouts dans leur besace d'artiste et d'animateur. Il se pourrait que quelque aventure se présente au groupe pendant cette semaine Joyananda.

BAIGNADE

Le Domaine d'Essart est à 50 mètres de la rivière « Charente ». Il faudra voir quelle est la qualité de l'eau à ce moment-là. Abel s'y baignait en septembre 2025.

Sinon, 2 plans d'eau avec plage sont situés à 15 et 20 minutes en voiture du Domaine. Si l'inspiration nous y invite, nous aurons la possibilité d'y passer une fin d'après-midi !

ALIMENTATION

Les repas VÉGÉTARIENS seront concoctés ensemble à partir des apports des uns et des autres : produits autant que possible bios et locaux (de la région de chacun).

Nous achèterons sur place les légumes, les œufs, le pain et les épices bios et nous cuisinerons ensemble. Les détails de toute cette organisation seront précisés après inscription.

Petits-déjeuners autonomes / Auberge espagnole le 17 au soir / 23 à midi : accommodation des restes



Le DOMAINE d'ESSART

Le Domaine d'Essart est un corps de ferme de 1834 posé dans un cadre magnifique, en bord de Charente. Il reprend doucement vie depuis la fin de l'été 2025. **Abel M** s'y investit depuis le Nouvel An du Renouveau pour insuffler cette nouvelle vie au lieu mis en œuvre par Marc Vella en 2011 et tombé en jachère en mai 2024.

C'est aujourd'hui un lieu associatif géré par **l'association Infini terre** dont la mission est de :

- o Servir l'Éveil de Conscience et les Sagesses de la Vie
- o Servir les Arts Sacrés et les Artistes de Pleine Conscience
- o Servir le Yoga Intégral et l'Éducation Intégrale
- o Servir les actions et activités éducatives d'éveil de conscience dans le monde.
- o Favoriser la rencontre entre les peuples et leurs cultures.

Financièrement, l'unique but de l'association est de générer les 20 000 € de budget nécessaire à la vie et la continuité du lieu.

L'adhésion à l'association Infini Terre permet aux adhérents d'être hébergés sur place.

ADHÉRER : www.helloasso.com/associations/infini-terre/adhesions/2026

PARTICIPATION FINANCIÈRE

SEMAINE JOYANANDA

Chaque participant à la Semaine Joyananda est invité à faire un don avec, si possible, un minimum de 200 € pour la semaine.

HÉBERGEMENT

Chaque membre est invité à participer financièrement à la réalisation du budget de fonctionnement en faisant un don pour chaque jour / nuitée d'un **minimum si possible** de :

- 6 € par jour en cas d'hébergement à l'extérieur
- 10 € par jour/nuitée en camping
- 15 € par jour/nuitée en dortoir (ancienne bergerie)
- 22 € par jour/nuitée en chambre partagée (2 ou 3 personnes)
- 25 € par jour/nuitée pour la belle chambre de couple "Amour" avec son lit rond.

INFOS ORGANISATION

Abel M : +33 6 99 82 95 25

infiniterre@gmail.com

www.infini-terre.fr

INSCRIPTIONS & RÉSERVATIONS

www.helloasso.com/associations/infini-terre/evenements/semaine-joyananda

DANS LE CADRE DE LA SEMAINE

JOYANANDA



Danses de la Paix Universelle

AVEC
DORA CRISLENA

VEN 21 AOÛT
20 H 30

DOMAINED'ESSART
La Touche, 16170 Genac
CHARENTE
Hébergement - Restauration

06 99 82 95 25 - 09 67 30 24 90
www.infini-terre.fr
infiniterre@gmail.com



DANS LE CADRE DE LA SEMAINE

JOYANANDA

CERCLE - CONCERT

AVEC

Abel M
&
Anandamayī

Mantras et Chants Sacrés du Monde



SAM 22 AOÛT
20 H 30

DOMAINED'ESSART
La Touche, 16170 Genac
CHARENTE
Hébergement - Restauration

06 99 82 95 25 - 09 67 30 24 90
www.infini-terre.fr
infiniterre@gmail.com

