



Ramchandra Das

Yogi de l'Himalaya

Sri Aurobindo Yoga Mandir

De miracle en miracle, depuis 1993, Ramchandra Das a guidé un millier d'enfants à devenir des hommes de valeurs, des cœurs généreux et des âmes vivantes par le yoga, la méditation et les valeurs spirituelles, dans les ashrams éducatifs qu'il a créés. Soutenez plus de 200 enfants et jeunes népalais, heureux d'apprendre et de grandir pour un monde meilleur !

Yoga solidaire

Ateliers, Conférences, Partages & Chants

Ramchandra Das vous partagera ses pratiques et fondements de vie
Au programme : ateliers de Yoga, Pranayama, Yoga Nidra et Méditation
Conférence - diaporama : Voyage d'une vie
Contes et chants des mantras - Stand

18 & 19 mai 2023

ÉPAGNE-ÉPAGNETTE

Salle des Fêtes, Place du Belvédère, 80580

Sur dons

pour la création de l'hôpital ayurvédique et naturopathique
du Sri Aurobindo Yoga Mandir

INSCRIPTION

www.helloasso.com/associations/les-enfants-de-ram/evenements/yoga-solidaire-saigneville

www.saym.org/les-enfants-de-ram/tournee-2023



Les Éditions de Ram

histoire de vie

RAMCHANDRA
L'ENFANT des HIMALAYAS



Les Éditions de Ram

PROGRAMME

Jeudi 18 Mai - Journée népalaise

- 9:30 - 12:30 — Yoga Intégral - Atelier limité à 12 participants
- 12:30 - 13:30 — Auberge "népalaise", à partir des jus maison, des fruits et des légumes BIOS, de préférence locaux, apportés par les uns et les autres.
- 14:00 - 15:00 — Préparation au Dhyana Yoga : Méditation du Cœur
- 15:00 - 18:00 — Karma Yoga : préparation du repas Népalais avec Ramchandra
- 18:00 - 19:30 — Dîner Népalais à base de produits bios (sur commande)

Soirée

- 19:30 - 22:30 — Voyage d'une vie : Le parcours de vie hors du commun de Ramchandra Das et l'histoire in croyable des ashrams éducatifs - Conférence - Partages - Diaporama - Questions-Réponses - Bhajan **Abel et Cathy**

Vendredi 19 Mai - Journée Yoga

- 9:00 - 12:00 — Yoga Intégral - Atelier limité à 12 participants
- 12:00 - 13:30 — Auberge "népalaise", à partir des jus maison, des fruits et des légumes BIOS, de préférence locaux, apportés par les uns et les autres
- 14:00 - 15:30 — Jnana Yoga (Enseignement) : la spiritualité au quotidien - Questions et réponses
- 16:00 - 17:00 — Préparation au Dhyana Yoga : Méditation du Cœur
- 17:30 - 18:30 — Jnana Yoga : contes issus des textes sacrés avec Ramchandra Das
- 19:00 - 20:00 — Auberge "népalaise", à partir des jus maison, des fruits et des légumes BIOS, de préférence locaux, apportés par les uns et les autres.

Soirée

- 20:00 - 22:00 — Bhakti Yoga : kirtan **Shanti et Cie**, avec la participation de Abel M (**Orâma**)

Inscriptions

www.helloasso.com/associations/les-enfants-de-ram/evenements/yoga-solidaire-saigneville

PARTICIPATION FINANCIÈRE

Don libre avec, si possible, un minimum de : 35€ pour chaque atelier de Yoga Intégral - 15€ pour chaque soirée - 40€ pour l'après-midi du ven 19 - Le repas népalais sur commande : 12 €

YOGA INTÉGRAL

« Toute la vie est yoga ». C'est sur cette base que Ramchandra vous invite à le rejoindre pour cette rencontre.

Le yoga est, fondamentalement, une discipline de vie qui englobe toutes les dimensions de l'être humain et de la vie quotidienne. Bien au-delà d'une activité corporelle, il invite à vivre la moindre action comme un acte profond, régénérateur, unifiant, multidimensionnel et spirituel, quel que soit cet acte.

« Partager les cours et enseignements de Ramchandra Das est une occasion unique tant sa simplicité, sa profondeur et son immense générosité sont contagieuses et une source incroyable d'inspiration. Avec lui, le yoga et tout acte de la vie prennent une autre dimension ! »

STAND

Les Enfants de Ram : produits artisanaux du Sri Aurobindo Yoga Mandir (encens, châles en pashmina, sacs pour tapis de yoga, châles en soie...) - Signature du livre « **Ramchandra, l'Enfant des Himalayas** »

RAMCHANDRA DAS

Pour ceux qui l'ont rencontré, Ramchandra Das inspire le respect tant le don de lui-même est incommensurable. La Force puissante qui émane de sa confiance et de sa sagesse sont un encouragement spontané à s'améliorer et aller vers le meilleur de soi. Son témoignage, et sa foi à soulever les montagnes, sont une magnifique source d'inspiration.

« Je n'ai jamais planifié quoi que ce soit. Tout cela vient...

Alors je commence, je fais... et ça vient !

C'est comme ça !

Avec le Divin, TOUT est possible. »

Un petit aperçu de sa vie

Le livre de sa vie

UNE ŒUVRE GRANDIOSE

Avec, au départ, une toute petite maison de terre sur les hauteurs de Katmandou, sans eau ni électricité et sans toilette, uniquement accessible par un petit sentier, Ramchandra Das a construit et développé, de miracle en miracle, 3 ashrams dont 2 ashrams éducatifs. Il prend soin aujourd'hui de près de 200 enfants et jeunes en leur fournissant nourriture, abri et éducation... mais surtout une dignité de vivre et une joie d'exister.

Depuis 1993, il a guidé un millier d'enfants à devenir des hommes de valeurs, des cœurs généreux et des âmes vivantes par le yoga, la méditation et les valeurs spirituelles.

Le Sri Aurobindo Yoga Mandir

L'organisation

LA SITUATION À L'HIVER 2023

L'organisation népalaise **Sri Aurobindo Yoga Mandir**, qui était à 90 % autonome, a perdu plus de 60% de ses revenus annuels depuis mars 2020 : l'économie au Népal, dépendante du tourisme et des treks, s'est complètement écroulée et n'a toujours pas repris à l'hiver 2023.

Ramchandra Das et les jeunes font tout leur possible pour continuer leur mission avec les enfants d'autant que tout a augmenté. Ils ont dû vendre des terres agricoles pour assumer certaines dépenses vitales. Ils ont aussi construit une boulangerie pour ajouter la vente de pain (bio) à celle des légumes et du lait (bio également) produits par les ashrams.

Prochaine étape : l'hôpital ayurvédique et naturopathique

Votre participation est un souffle essentiel pour les soutenir. Elle est VRAIMENT la bienvenue.

— Cette grande famille népalaise est l'endroit le plus joyeux et le plus léger que j'ai rencontré dans ma vie. Tout visiteur est impressionné par la joie, les regards, les sourires et la gentillesse de tous ces enfants, et encore plus par leur implication dans la vie de l'organisation où ils s'affairent en jouant pour s'occuper d'une chose ou de l'autre : les vaches, les jardins, la cuisine, le nettoyage, les toilettes et l'aide aux études des plus jeunes, etc. C'est une grande fourmilière pleine de vie. Abel

N'hésitez pas à en parler autour de vous pour inviter vos amis à venir... ou pour les inviter à soutenir d'une façon ou d'une autre l'organisation et les enfants.

Vous pouvez également organiser une collecte auprès de vos amis, voisins et familles...

RAMCHANDRA DAS en FRANCE en 2023

Une tournée d'événements et de retraites avec Ramchandra Das se déroulera en France et en Europe du 15 mai au 18 juillet 2023 : [pour en savoir plus](#)

CONTACTS - Abel M : 06 99 82 95 25 - Catherine Fostier (Épague-Épagnette) : 06 30 23 41 42