



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 !

Rencontres et Yoga solidaires Ateliers & Partages

Ramchandra Das vous partagera ses pratiques et fondements de vie
Au programme : Atelier de Yoga, Pranayama, Yoga Nidra et Méditation
Conférence - Diaporama : Voyage d'une Vie - Causerie - Partages
Chants des mantras - Stand solidaire des produits artisanaux du SAYM

Du 17 au 19 juin 2023

MONTAGNE

Salle des Fêtes, Le Corty, 38160

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/rencontres-solidaires-montagne

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



Les Éditions de Ram

Histoire de Vie

RAMCHANDRA
L'ENFANT des HIMALAYAS



Unité de Yoga au service des enfants

PROGRAMME

Samedi 17 Juin - Yoga Intégral

9:00 – 12:30 — Atelier Yoga Intégral : Prānāyama - Pratique respiratoire pour prendre conscience de notre énergie vitale, pour réguler et affiner la respiration, mieux la respecter et mieux la gérer. — Yoga Nidra - Relaxation yogique (concentration / méditation / contemplation), pratiquée en position allongée, qui permet d'accéder de manière consciente à l'inconscient. — Méditation du coeur — Yoga Asanas

12:30 – 13:30 — Déjeuner partagé à partir des jus maison, des fruits, des légumes et des produits bios (d'origine locale autant que faire se peut) apportés par les uns et les autres

15:00 – 18:30 — Atelier Yoga Intégral

18:30 – 19:30 — Repas partagé à partir des jus maison, des fruits, des légumes et des produits bios (d'origine locale autant que faire se peut) apportés par les uns et les autres

Samedi 17 Juin - Soirée - Accueil à partir de 18h30

19:30 - 22:00 — Voyage d'une vie : le parcours de vie hors du commun de Ramchandra Das et l'histoire incroyable des ashrams éducatifs : conférence-diaporama, partages

Dimanche 18 Juin - Yoga Intégral

9:00 – 12:30 — Atelier Yoga Intégral : Prānāyama - Pratique respiratoire pour prendre conscience de notre énergie vitale, pour réguler et affiner la respiration, mieux la respecter et mieux la gérer. — Yoga Nidra - Relaxation yogique (concentration / méditation / contemplation), pratiquée en position allongée, qui permet d'accéder de manière consciente à l'inconscient. — Méditation du coeur — Yoga Asanas

12:30 – 13:30 — Déjeuner partagé à partir des jus maison, des fruits, des légumes et des produits bios (d'origine locale autant que faire se peut) apportés par les uns et les autres

15:00 – 16:00 — Contes issus des textes sacrés avec Ramchandra Das

16:00 – 18:00 — Chant des mantras avec Abel M (**Orâma**) et Ramchandra Das

Lundi 19 Juin - Marche en conscience

9:00 – 16:00 — Rendez-vous au parking des canoés, La Bourne, à l'entrée de Saint Nazaire en Royans
Départ en voiture tous ensemble pour une petite journée dans le Vercors

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 !* »

Inscription obligatoires

TOUS les Ateliers de yoga intégral sont limités à 35 participants
La sortie du lundi 19 juin est limitée à 30 participants

www.helloasso.com/associations/les-enfants-de-ram/evenements/rencontres-solidaires-montagne

PARTICIPATION FINANCIÈRE

Don libre avec, si possible, un minimum de : 35€ pour un atelier - 15€ pour la soirée du 17 - 25€ pour l'après-midi du 18 - 30€ pour la sortie du 19

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

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** »

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 reprise 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.

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**