

## Vaidya Lionel Narendra Das (B.A.M.S.\*)

(Spécialiste en médecine Ayurvedique diplômé de l'Université Ayurvedique du Gujarat, Inde)

(Agasthiar maddam : initié à la tradition thérapeutique du Lada Vidya du Sud de l'Inde)

(HastaJyotisha, analyse des mains de tradition Indienne et occidentale)

(Herbaliste formé à l'Ecole Lyonnaise des plantes médicinales)



Narendra Das ou Lionel Poirot de son nom civil, a grandi sur les contreforts du massif de Belledonne au-dessus de Grenoble. Sa nature curieuse dans cet environnement privilégié, l'a poussé très jeune à s'intéresser aux plantes, aux animaux et aux minéraux.

Après avoir étudié quelques années l'horticulture il s'est pris de passion pour les plantes médicinales. C'est tout naturellement alors qu'il est venu étudier à l'**école Lyonnaise des plantes médicinales**. Ces trois années d'études lui ont permis d'intégrer l'équipe des **Racines et des Herbes**, magasin en conseils phyto et herboristerie à Grenoble où il a pu pratiquer avec un large éventail de produits : huiles essentielles, fleurs de Bach, compléments alimentaire et plantes médicinales sous différentes formes.

En 2008, après un passage pratique de mise en culture des « simples » chez des producteurs de Plantes aromatiques et médicinales dans le massif des Bauges, il a pris la direction de l'**Inde** et plus particulièrement de l'état du Gujarat (dans l'ouest du pays). Il a étudié et pratiqué en continu l'**Ayurveda** à « la **Gujarat Ayurved University** » pendant cinq années et demie.

Sa formation Universitaire suit le cursus de formation des Médecins Ayurvédiques Indiens ou « *Vaidya*\*\* ». La formation est délivrée en anglais et en Sanskrit. Il a étudié les textes médicaux classiques de l'Ayurveda, étudié sa philosophie, son histoire et les huit spécialités que compte cet art de vivre. Il a pratiqué dans les deux hôpitaux Ayurvédiques que compte la ville de Jamnagar pendant plusieurs années. En complément de ses années universitaires, il perfectionna ses connaissances pratiques auprès de tradipraticiens du sud de l'Inde comme le Dr Unikrishnan Pillai à Kollam, Dr S.N. Asharya originaire d'Udupi (Karnataka) ainsi qu'auprès du Dr. Padmanaban et de K.T. Shivanandji Vaidyar et de son père Tankapan Vaidyar du district de Wayanad dans le Kerala. Avec ces deux derniers il a pu étudier entre autres la science du *Nadi Pariksha* (pouls) tel que l'enseigne le *Lada Vidya*. Le *Lada Vidya* est une forme d'Ayurveda encore pratiqué par de rares médecins traditionnels nomades de lignée *Siddhar* dans le sud de l'Inde. En contact étroit avec ses maîtres il continue à se former à leurs côtés d'une manière traditionnelle en consultant à leurs côtés dans le Kerala.

De retour en France depuis avril 2014, Narendra Das propose ce qu'il appelle des entretiens formateurs utilisant les moyens d'investigation traditionnels de l'Ayurveda sur Grenoble. Ces consultations débouchent sur un suivi sérieux et personnalisé qui utilise la plupart du temps des régulations nutritionnelles personnalisées, une correction de l'hygiène de vie ainsi que l'emploi des plantes de nos régions dans la « logique » de l'Ayurveda. Certains soins spécifiques à l'Ayurveda (Abhyanga, Shirodhara, Agnikarma, Rakta moksha, Nasya etc.) pourront accompagner ces mesures correctionnelles simples. L'Ayurveda étant un système de santé holistique propose un accompagnement élargi au développement de soi grâce au Yoga et au Jyotish (analyses des mains, astrologie).

Des conférences, des stages et des formations sont proposés aux personnes attirées par cette science de vie pour apprendre à appliquer l'Ayurveda en conscience dans leur quotidien. Elles ont lieu principalement sur Grenoble et sa région. Certain de ces stages s'adressent à des personnes déjà formées en Ayurveda et désireuses de parfaire leur pratique dans certains domaines spécifiques.

\*B.A.M.S. Bachelor in Ayurvedic Medicine and Surgery. Pour plus d'information vous pouvez lire l'article que j'ai écrit en page 15 du numéro 1 du magazine d'Herboriste Sans Frontière: [http://www.hsf-network.com/wp-content/uploads/hsf\\_magazine\\_fr-web.pdf](http://www.hsf-network.com/wp-content/uploads/hsf_magazine_fr-web.pdf)

\*\*Vaidya: "Praticien traditionnel "en Ayurveda. L'Université d'Ayurveda du Gujarat est la seule université d'Ayurveda au monde qui collabore étroitement avec l'Organisation Mondiale de la Santé : [http://apps.who.int/whocc/Detail.aspx?cc\\_ref=IND-117&cc\\_ref=ind-117&](http://apps.who.int/whocc/Detail.aspx?cc_ref=IND-117&cc_ref=ind-117&)