

## Kanistha et Hasta Kanistha Mudra

Voici une mudra très puissante que nous vous invitons à pratiquer. Certains se demanderont comment on épelle "Kanistha". Est-ce avec un "h" ou sans. Le "h" on le met où, etc.

La réponse reste à venir.

Entre temps, voici le comment pratiquer cette mudra qui fait parti de la "famille des gestes qu'on fait avec les mains"

### Hasta Kanistha Mudra



```
{layout header="n" footer="n" leftcolumn="n" rightcolumn="n" fullwidth="y"
contentwidth="80%" bgimage="tiki-download_wiki_attachment.php?attId=97"
bgrepeat="repeat" topmargin="1%" contentbg="#F6F3D1B3" contenttextcolor="#000"
contentradius="0" contentboxshadow="rgba(0, 0, 0, 0.2)" actionbuttons="n" topbar="n"
pagetopbar="n" pagebottombar="n"}
```



## La mudra Hasta Kanistha

C'est possible

## Bonjour à vous qui aspirez au bien-être par la voie du yoga.

Cet espace web de yoga vous permet de découvrir le magazine numérique que nous construisons en groupe. Pour trouver des réponses à vos questions sur des sujets complexes, complétez le formulaire ci-dessous.

[extlinks/Formulaire/Web2Lead.html"](#)

Oui, YogaPartout vous permet d'en apprendre davantage sur le yoga... et les mudras. Vous avez des questions tel

- Des [Comment voir le contenu pour les membres qui ont payé pour leur abonnement annuel](#)
- Pour apprendre tout au sujet des mudras, comment je fait?
  - Réponse: [vous devez être connecté](#)
- Je veux devenir professeur de yoga: [Comment faire pour suivre une formation professorale](#) qui me permettra d'enseigner partout dans le monde?

## Sauf qu'avant de courir, il faut marcher

Voici, ci-dessous, des liens qui vous permettra de comprendre en quoi consiste l'étude du yoga, l'étude et la pratique des mudras

### Un mot de notre partenaire

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[+]

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[-]

Encouragez, découvrez, osez

## Bienvenue

Bienvenue

Pour accéder au contenu de cette page, vous devez être enregistré

L'enregistrement est gratuit pour tous

## Bonjour à vous qui aspirez au bien-être par la voie du yoga

Si vous lisez ce texte, c'est que vous n'êtes pas inscrit, vous n'êtes pas connecté. YogaPartout est un site transactionnel qui permet aux professeurs et aux étudiants de se rejoindre, de collaborer et de partager. La connaissance du yoga est vaste. YP aussi. Avec des outils internet évolués, intelligents, capable de s'adapter aux besoins de notre communauté, voici ce que nous vous offrons.

- [Enregistrez-vous \(c'est gratuit\)](#)

Notre plateforme web est différente. Nous vous mettons en contact avec des professeurs de yoga d'expérience. Nous offrons une interaction sociale, du contenu de qualité

---

## Vive le yoga



## Parlez-nous de vous

SVP complétez le formulaire ci-dessous en vous assurant de **parler de vous**. S'il y a une raison spécifique pourquoi vous communiquez avec nous via cette page, svp indiquez-le.

[extlinks/Formulaire/Web2Lead.html"](#)

### Un mot de notre partenaire

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[+]

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[-]

### Encouragez, découvrez, osez

Voyez ce que ce commanditaire nous offre

Lorsque vous êtes connecté, aucune publicité n'apparaît sauf celles de notre communauté

## Un mot de notre partenaire

Voyez au bas ce que ce commanditaire nous offre. Les internautes qui connaissent un peu la chaîne de bloc seront ravis de savoir que YogaPartout adhère à la chaîne de bloc. En simplicité et comme preuve de concept, nous avons notre propre crypto-monnaie qu'on nomme le ToshiYog.

## Consulter les fluctuations de notre Jeton (Token)

**Voici notre hash**

 aef30d3ded8ebdf0537ff2a2bf991860fa35cc90f2c7ce459009e198ca481ff4

Voyez sur [Simple Ledger de Bitcoin Cash](#)

- Tapez dans l'engin de recherche notre [sigle \(TSY\)](#)



- Utilisez [Badger](#) pour vos envois/réception/sauvegarde (disponible sur Android, iOS et Chrome)

Une plateforme web avec différentes activités qui intègrent la technologie, l'interaction sociale, et la création de contenus

## Pour conclure

Nous sommes présents et encourageons les écosystèmes qui sont affichés ci-dessous. Retrouvez-nous sur Commun.com. [Inscrivez-vous à cette adresse et suivez Daniel pour recevoir 10 ToshiYoga converti en Commun](#)

Invitez vos amis et je vous expédie 10 Communs

Pas de questions demandées, simplement le fait de vous inscrire sur commun.com fera que je vous expédierai l'équivalent de 10 ToshiYog sur la plateforme Commun.com.

Sachez par contre que nous n'avons pas de boule de crystal. Assurez-vous de nous dire sur votre [premier article publié sur Commun.com que vous êtes francophone et que le yoga vous intéresse.](#)

**Si vous invitez qqn-e de votre réseau à s'inscrire, utilisez ce url**

 <https://commun.com/?invite=cmnlijufzqlu>



The screenshot shows the Commun.com homepage with a banner at the top featuring a purple flower and the text "Découvrez - Discover". Below the banner, there are several logos: a blue and green heart-like logo, a red diamond-shaped logo, a blue and purple geometric logo, a gold coin with "SY" on it, a small fox head icon, and the Binance logo. The text "Bienvenue" and "Le web décentralisé vous attend" is visible. At the bottom, there is a large "fractally" logo with a colorful hexagonal icon. The entire screenshot is framed by a light gray border.

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[+]

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[-]

Encouragez, découvrez, osez

^

Satoshi Yoga

[Satoshi.Yoga](http://Satoshi.Yoga)

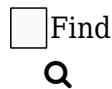
Offrir et préserver la connaissance... avec intégrité

## Qu'est-ce qu'un **Satoshi**?

Un [satori](#), [nous savons ce que c'est](#). Par contre, un [satoshi](#), c'est une autre histoire. Yoga Partout se tourne vers la nouvelle économie puisque notre monde tel que nous le connaissons est en transformation (Yuga).

## Pour chercher notre banque de donnée

Voici l'engin de recherche, une technologie puissante qui vous donne accès à plus de 1,700 pages d'information.



SVP, [inscrivez-vous](#) c'est gratuit **ou** [connectez-vous](#) si vous êtes déjà inscrit.e pour accéder au contenu complet sur ce site.

Pour toutes questions additionnelles ou simplement pour trouver quelque chose que vous cherchez, SVP consultez notre [forum de questions et réponses \(FAQ\)](#) ou [écrivez-vous](#)

Pour accéder à cette page, [vous devez être connecté](#). Pour vous connecter vous devez connaître votre [votre mot de passe](#). Seulement les personnes qui sont passés par l'[inscription sur ce site](#) (gratuit pour s'inscrire) peuvent accéder au contenu enrichi.

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[+]

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[-]

Encouragez, découvrez, osez

Pourquoi m'inscrire

## Nouveau

Qu'est-ce que j'ai de plus?

Une fois inscrit.e, vous pouvez accéder à du contenu interactif. Obtenir l'avis, les conseils, l'aide de professeurs d'expérience ayant parcouru le chemin peu fréquenté du yoga authentique. Qu'il s'agisse d'accéder à des banques de données, des dictionnaires et tout ce qui est offert sur internet, rien ne compare la vraie sagesse avec un vrai maître en yoga

# Sur ce site (1,700 pages d'information. Des cours, un magazine aussi )

En plus d'avoir accès à du contenu unique, fiable et de qualité, vous pouvez accéder à des dictionnaires, obtenir des conseils, de l'aide et utiliser nos outils de communication tel

- Connaissance et contacts précieux
- Dépendant de votre profil lorsque vous vous êtes inscrit(e), vous rejoignez un groupe d'appartenance. Vous êtes curieux(se), un(e) étudiant(e), un(e) enseignant(e) de yoga? YogaPartout vous offre des outils évolués. Vous serez en contact avec d'autres passionné(e)s de yoga, comme vous. Puis, vous accédez à nos services tel
- Réception dans votre boîte de courriel et via votre téléphone, des centaines de podcasts sur des sujets aussi variés que nourrissants
- Des webinaires
- Nous référençons votre site web pour plus de visibilité sur les engins de recherche
  - Référencement naturel: top dans votre groupe d'appartenance
- Banque d'images libre de droits d'utilisations
- Échange avec des professeurs certifiés
- Nous vous inviterons même au micro de YogaPartout pour
  - Raconter votre histoire
  - Partager votre passion
  - Inviter des nouvelles personnes à venir vous rencontrer
- Nous pouvons aussi diffuser des bannières interactives primées

Notre pouvoir collaboratif est à la fine pointe d'internet. Nous diffusons des infos lettres de qualité supérieure. Vos annonces rejoignent des nouvelles personnes. Nous vous aidons technologiquement dans l'amélioration de votre présence sur le web.

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[+]

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[-]

Encouragez, découvrez, osez

Liens intéressants

## Un sankalpa

Faites un souhait, [dites-nous qui êtes-vous](#)

- [pensez.. ici](#)

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[\[+\]](#)

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[\[-\]](#)

Encouragez, découvrez, osez

## Voici les choix qui s'offrent à vous:

Plusieurs niveaux d'interactivités sont possible sur cette plateforme collaboratrice.

### Pour les professeurs, formateurs et écoles de yoga

Vous pouvez créer votre espace, votre groupe, votre profil sur YP en quelques minutes. Ainsi, vous rejoindrez plusieurs centaines de personnes inscrites sur ce portail.

### Création de votre page web

- Répertoire unique pour votre page, par exemple : [YogaPartout.com/Cette page](http://YogaPartout.com/Cette page)
- Bandeau publicitaire. Ce service peut, selon vos choix, faire parti d'un ensemble dynamique regroupant d'autres annonceurs ou vous offrir l'affichage de bandeaux fixes.

## Pour les entreprises

Selon vos besoins et vos objectifs, nous intégrons votre message et votre image (logo) en accord avec votre plan marketing. Du média social ciblé vers le yoga et ses ramifications.

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[+]

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[-]

Encouragez, découvrez, osez

Voici les plans qui sont offerts

## Les styles de yoga

Tous les styles reconnus par la Fédération francophone de yoga, la Yoga Alliance et autres tendances sont inclus sur YP

nous rejoignons même le marché du Fitness!

## Soyez visible

Devenez commanditaire... participatif

Dans le respect de l'espace privé des autres personnes qui habitent cette communauté intelligente, rejoignez-les sans avoir à envoyer plusieurs emails qui, nous le savons, de toute façon aboutira au rebus et est illégal. Nous vous aidons à réussir vos actions en média social sans confronter les personnes qui ne désirent pas, de toute façon, recevoir des informations générales

## Merci à ce partenaire

Voyez, cliquez l'offre

## Encouragez, découvrez, osez

Forfait sur mesure

Nous nous adaptions à vos besoins et non le contraire.

Plus qu'un plan simple ou ciblé, nous vous offrons la possibilité d'intégrer vos actions en média social via

nos infos lettres sur une échelle de temps d'u

Par exemple, nous pouvons inclure dans votre campagne en média social des actions concrètes, tel:

- La diffusion de votre image de marque à l'extérieur de notre site. Par exemple, via notre réseau, nous atteignons plus de 12,000 personnes sur Facebook
- Une mention sur WebRadio de votre participation à titre de commanditaire
- Une présence de votre image, de votre logo sur notre page d'accueil
- Une insertion de vidéo-clips sur page d'accueil (YouTube, Vimeo, etc)

Nous pouvons également produire des émissions de radio et des vidéos-clips selon votre région géographique. Cette mention dans le forfait sur mesure que nous intégrons des objets médias sociaux tel radio, logo et/ou vidéo comprend que vous avez déjà votre matériel et que vous désirez que nous nous occupions de sa diffusion. Pour vos besoins de production, communiquez avec nous afin que nous puissions évaluer votre requête.

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[+]

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[-]

Encouragez, découvrez, osez

YogaPartout, un partenaire en média social vraiment adapté à vos besoins

## Présentation

Voyez ci-bas la présentation en ligne qui vous explique plus en détails la "manière de faire" de YP  
Après tout, le yoga ce ne sont pas seulement des postures! Voyez comment Arjuna, sur son chariot en  
pleine discussion avec lui-même réussit à répondre aux questions existentielles de son mental.

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[+]

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[-]

Encouragez, découvrez, osez

YogaPartout en huit langues - Cliquez sur les signes + pour de plus d'info

## What are we up to

As your reading this page, we're working on the multilingual version of "Le Magazine numérique du Yoga also printed"

If you wish to write for our magazine, please contact [media at satoshi.yoga](#)

Else, please [contact us via this multi-purpose form](#)

You wish to receive an issue of our magazine?

## Prices and registration

This [multi-purpose form](#) allows us to get to know your better. Please complet it and we will get back to you.

**We are a "speak in person" community**

**To subscribe, we must talk**

Please click on this bellow banner to get to our multi-purpose form



See who are we talking about by clicking on the + sign

[+]

If you prefer not to see this Google add, click on this minus - sign

[-]

Encourage, discover, dare

## De plus

Nous vous invitons à [vous enregistrer, vous inscrire \(c'est gratuit\)](#). Si vous avez déjà votre accès, [veuillez vous connecter](#) pour découvrir la communauté yogapartout et le [Magazine numérique du Yoga - Satoshi.Yoga](#)

Voyez de qui on parle en cliquant, SVP, sur ce signe +

[+]

Et si vous aimez moins Google, fermez cette section en cliquant sur ce signe -

[-]

Encouragez, découvrez, osez

Le yoga c'est...

Le yoga sait



## Choix de cinq infolettres

Votre courriel\*

En plus de l'info lettre générale, je m'inscris à d'autres fils de nouvelles? Voici les choix\*

- Daniel en liberté (r)
- Le magazine numérique du yoga
- Lecture - Radio - Télé - Cinéma - Créativité - Pensées - Chaine de bloc
- Sastra (Règles de conduites)
- YogaPartout - Info Lettre générale

Quel est votre nom\*

**Je m'inscris - elles sont toutes gratuites**



Pas de courriels indésirables, certain, promis. Questions? - Parlez-nous de vous

Tout le bonheur

Daniel Gauthier