

## Présentation

Vayudanasana - Viparita Karani - Comment délier les noeuds qui dorment en vous: Granthis

---

Scéance d'asanas pour balancer Udana Vayu

## Qu'est-ce qu'un Vayu

Le mot vayu se traduit par **vent - (respiration)**. Le sens du mot vayu va dans la direction du \*tout présent mouvement\*. La racine du mot "va" veut dire "ce qui coule". Ainsi, un vayu peut être vue comme un véhicule d'activité et d'expérience dans le cours ou **une force** qui bouge dans tout le système qui contrôle les fonctions de notre corps. tel les pulsions du système nerveux, la digestion, la respiration (bien tentndu). Tout acte de mouvement. L'air, le principe du mouvement du prana, de sa circulation s'étend et se contracte dans notre corps et se présente dans les sens (goûté, toucher, etc.) comme un état gazéifié. On dit qu'il y a 49 prana vayu dont cinq principalement utilisés dans la pratique du hatha yogo.

## Qu'est-ce que Udana

## Il y cinq principaux vayus.

- Prana Vayu
- Apana Vayu
- Samana Vayu
- Udana Vayu
- Vyana Vayu

## Le prana dans la région de la tête

Udana, c'est le prana situé au niveau de la tête.

## Séquences

Au lieu de vous présenter toute le kriya, voici les postures charnières qui vous permettront d'expérimenter (de ressentir même) l'espace au niveau d'Udana Vayu.

Une image vaut mille mots

## Liens intéressants

- À propos de [Chidakasa Dharana](#)
- Certains textes qui retracent les origines du yoga depuis l'Égypte ancienne et parlent des [Zoroastes](#) dont une de leur divinité se nomme [Vayu-Vata](#). De la le lien avec le [dieu du vent](#) en Hindouhisme
- À propos des [pranas et kochas](#) en yoga sur le site du grand Swami Satyadharma Saraswati
- [Dictionnaire](#) (en anglais) et [textes fiables](#)
- Engin de [recherche sur le site d'Aurobindo](#)



## Vayudanasana

*Réunion sur zoom ? Cliquez ici, c'est tout ce dont vous avez besoin*

***Meeting on Zoom? Incontro su zoom?***

*Click here, it is all you need    Clicca qui c'è tutto quello che ti serve*

**Translation (Interpretation) provided during our sessions**

*Topics are Yoga and Technology - Let's agree on one imperative decision: We own our content by using a BlockChain Solution via this platform: <https://internetcomputer.org/community>*

*<https://yogapartout.com/extlinks/ftp/radio/AnshuSeven/PreventeDestination250x850.jpg>*

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

---

Depuis le 7 janvier 2020, le contenu enrichi de ce site n'est [accessible qu'aux personnes enregistrées](#).  
(C'est gratuit pour accéder au contenu)

## 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](#)"

Voyez ce que ce commanditaire nous offre

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

Encouragez, découvrez, osez



Satoshi Yoga

Satoshi.Yoga

[+]

Offrir et préserver la connaissance... avec intégrité

Qu'est-ce qu'un [Satoshi](#)?

[+]

Pour chercher notre banque de donnée

[+]

Pourquoi m'inscrire

**Nouveau**

[+]

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

[\[+\]](#)

Liens intéressants

Un sankalpa

[\[+\]](#)

YogaPartout peut vous aider

Voici les choix qui s'offrent à vous:

[\[+\]](#)

Pour les professeurs, formateurs et écoles de yoga

[\[+\]](#)

Création de votre page web

[\[+\]](#)

## Pour les entreprises

[\[+\]](#)

Voici les plans qui sont offerts

## Les styles de yoga

[\[+\]](#)

## Soyez visible

[\[+\]](#)

Forfait sur mesure

[\[+\]](#)

## 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.

## Un mot de notre partenaire

Voyez, cliquez l'offre

## Encouragez, découvrez, osez

## 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

SY satoshi.yoga souhaite la bienvenue à TelePartout

We support - *le Invest* - Aquí está - Nous encourageons

Rejoignez-nous sur Slack.com, la communauté que nous utilisons pour changer le monde: <https://bit.ly/4hP0ncr>

Sign in to TelePartout  
telepartout.slack.com

Nous sommes sur la BlockChain

steemit

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](#)