

# 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





**Bienvenue**  
Le web décentralisé vous attend

**BINANCE**

**EOS™**

**fractally**

Satoshi Yoga

# Satoshi.Yoga

[+]



# Offrir et préserver la connaissance... avec intégrité

×

**i** Rappel: depuis le 7 janvier 2020, notre mission s'est précisée

Notre communauté (Yoga Partout et maintenant Satoshi Yoga) est composé d'internautes localisés dans le monde, principalement dans les pays francophones. Notre banque de connaissance donne accès au savoir millénaire que représente le yoga. Nous offrons des outils de travail évolutif inspiré de Wikipedia et du web 3.0 par l'accès aux pages wiki. De plus, nous offrons des blogues, des émissions de radio, des captations vidéos et tout ce que les médias sociaux peuvent apporter pour enrichir l'expérience d'utilisation ou tous peuvent s'y retrouver et y contribuer.

Notre banque de connaissance **sociale est collaborative**. Nous rendons disponible le savoir du yoga théorique puisque nous privilégions la transmission en personne. Nous fournissons des instructions aux professeurs et étudiants et nous nous entraisons entre nous. Nous guidons les personnes qui veulent prendre des décisions, faire des choix sur ce qui les préoccupe, toujours en relation avec le yoga, sans intentions de devenir des gestionnaires ou des directeurs puisque ce n'est pas notre rôle.

Les utilisateurs anonymes peuvent chercher sur notre site des informations justes. Nous fournissons des extraits d'articles, vous procurons des mots clés et des

informations via l'info lettre que nous publions sans que vous ayez besoin de déboursier quoi que ce soit.

Qu'est-ce qu'un Satoshi?

[+]

# Pour chercher notre banque de donnée

[+]

Pourquoi m'inscrire



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

[+]


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.







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



# What are we up to

As you're 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 you better. Please complete it and we will get back to you.

**We are a "speak in person" community  
To subscribe, we must talk**

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



**SY satoshi .yoga**

**This is a temporary banner. It means that we're working on an updated 'splash screen'. Thank you for coming back later or send us a discovery enquiry msg via <https://satoshi.yoga/Enquiry>**

**<questions? [media@satoshi.yoga](mailto:media@satoshi.yoga)>**

Else, see you on Medium, Telegram, WhatsApp, Avalanche, etc

Note: if you offer SEO (SEM and the like) services, we're not interested. Don't bother at the risk of being blocked and tagged as a spambot

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**