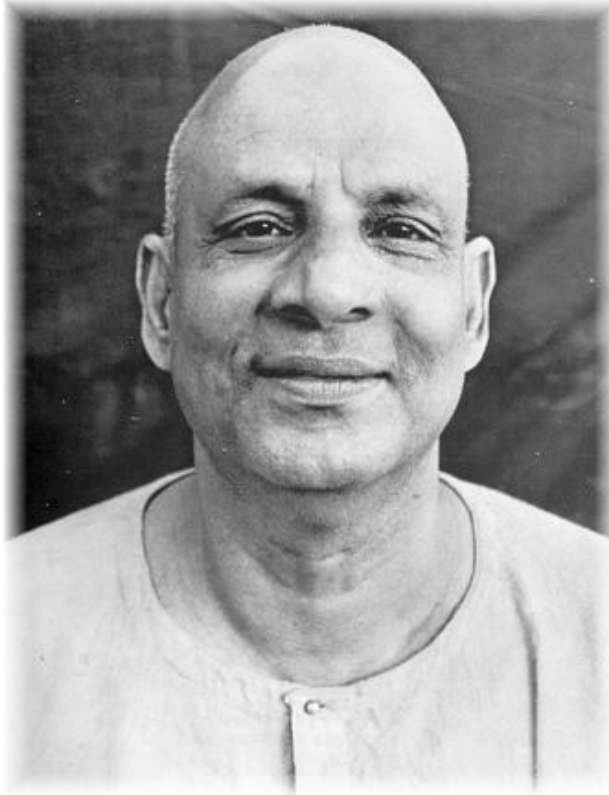


# Swami Sivananda



# Le grand, celui de Rishikesh

“

*Sois courageux, Ami  
Les difficultés, l'adversité et les chagrins, Sont des purgations karmiques;  
Ils instillent la compassion dans le cœur, Ils tournent l'esprit plus vers Dieu,  
Ils sont des bénédictions déguisées, Ils aident ton évolution,  
Et renforcent ta volonté et ton pouvoir d'endurance,  
Ils te rendent plus sage et objectif.  
Rassemble courage et force, Nil desperadum Ami!  
Tire la force de l'intérieur, Va de l'avant courageusement,  
Ne regarde pas en arrière, Sois régulier dans ta méditation,  
Tiens-toi comme un témoin ou Drashta, Identifie-toi avec le Soi Immortel  
Tu es né pour des choses plus élevées, Un futur brillant t'attend,  
Applique-toi à ton Yoga avec assiduité, Déploie toutes tes facultés latentes,  
Ne cède pas à l'impuissance, Débarrasse-toi de la pusillanimité,  
Lève-toi, fier et joyeux, Réjouis-toi, apprécie, et sois empli de félicité.  
Tu n'es pas ce corps, Tu es le Brahman immortel,  
Tu es l'Atman éternel, Tu es Âme sans maladie,  
Tu es Svarupa empli de béatitude, Tu es entièrement Chaitanya,  
Tu es le Seigneur invincible des seigneurs.*

- Swami Sivananda

LISEZ D'AUTRES CITATIONS SUR CE SITE

[+]

BONJOUR À VOUS QUI ASPIREZ AU BIEN-ÊTRE PAR LA VOIE DU YOGA

Information générale a propos de ce site

# Parfois le yoga c'est difficile à comprendre

Ce pourquoi vous trouvez sur ce site des réponses provenant de plusieurs professeurs. Ces professeurs sont choisis par notre comité de sélection. Voyez les critères d'admissibilités sur cette page . Trouvez des réponses à vos questions sur des sujets complexes. Pour ce faire, [vous devez être connecté](#). Si vous n'avez jamais créé votre communauté/faculté d'auteurs, [inscrivez-vous](#) ( c'est [gratuit pour les profs](#) qui, naturellement, veulent faire partie de notre faculté.). Pour vous connecter vous devez connaître votre [votre mot de passe](#). Seulement les membres en règle ont accès à la plateforme collaborative et le réservoir des réponses que YogaPartout vous offre.

# Au delà de l'information, il y a l'expérience.

Accédez à la plateforme [membre](#) si vous avez déjà créé [votre compte](#). Découvrez plus de 1,700 pages d'information sur le yoga. Ce site est participatif, collaboratif, c'est une communauté internationale qui existe depuis 2008. On s'entraide quoi!

# L'adhésion membre est annuelle

Pour consulter le comment adhérer, vous devez d'abord vous [connecter](#). Si vous n'avez pas de compte, [inscrivez-vous](#), c'est gratuit. Et pour répondre à votre interrogation, les membres font une contribution financière volontaire consciente.

Devenez membre

Recevez le magazine numérique  
que nous publions

J'adhère à YogaPartout et le  
Magazine numérique

# Payez en dollard Canadien



J'achète en dollard Canadien - 139\$

# Payez en Euro



J'achète en Euro 92€

# L'adhésion annuelle sans le magazine

Pour une année, en dollars  
Canadien, le montant suggéré est  
de 40 \$CA

# Je m'inscris a YogaPartout pour une année: Paiement par carte de crédit

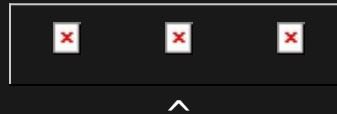
L'adhésion annuelle et la contribution volontaire suggérée est fixé à 27 EU - 40 CA  
Votre accès sur la plateforme interactive de YogaPartout est échu? 40 \$CA

Pour une année, en Euros, le  
montant suggéré est de 27 EU

27 €

# Autres méthodes

Si vous préférez utiliser PayPal, Interac ou payer par Chèque, c'est possible  
Pour les personnes qui résident au Québec, nous acceptons interac et chèques.  
Pour le reste du monde, nous pouvons aussi transiger sur PayPal et via SquareUp.



# Vous représentez une entreprise?

Veuillez, SVP, si vous souhaitez connaître les produits et services que nous offrons, [écrivez-nous](#)  
Merci.

Pourquoi devenir membre et payer une adhésion annuelle

# Chez YogaPartout, le yoga veut dire l'union des humains

- Connaissance et contacts précieux. Groupe d'appartenance. Vous êtes un-e étudiant-e sérieux-se et cherchez des professeurs d'expérience? C'est ce qui nous caractérise. Notre groupe de professeur cumule en moyenne vingt années d'expérience en enseignement. Vous enseignez et recherchez des nouveaux étudiant-e-s? [Complétez notre questionnaire](#) pour vous joindre à nous, [parlez-nous de vous](#).
- Rejoignez un groupe d'appartenance. YogaPartout vous offre des outils évolués et à la fine pointe. Vous serez en contact avec d'autres passionné(e)s de yoga. 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
  - Diffusion des bannières flottantes sur notre site et rayonnement web intelligent. Voyez notre offre SEO ci-dessous.

- 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 si vous avez besoin de raisonner: YouTube, Podcasts, blogues, système d'info lettre, etc. Racontez-nous votre histoire. Partagez votre passion. Invitez des nouvelles personnes à venir vous rencontrer.

Notre offre SEO est complète

# Consultez cette maquette



Notre pouvoir collaboratif est à la fine pointe des technologies de l'information.

- Nous diffusons des infos lettres de qualité
- Vos annonces rejoignent des nouvelles personnes
- Nous vous aidons technologiquement dans l'amélioration de votre présence sur le web

# Devenez membre

Recevez le magazine que nous publions

Adhérez   YogaPartout et le  
Magazine Numérique  
<http://satoshi.yoga>

# Payez en dollard Canadien



ⓘ PLUGIN EXECUTION PENDING APPROVAL

# Payez en Euro



 PLUGIN EXECUTION PENDING APPROVAL

L'adhésion annuelle seule

# Je m'inscris a YogaPartout pour une année

ⓘ PLUGIN EXECUTION PENDING APPROVAL

ta charset="utf-8" />

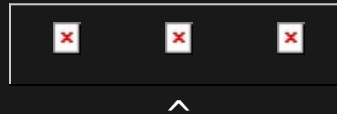
L'adhésion annuelle est fixé à 27 € (40 CA)

ta name="viewport" content="width=device-width, initial-scale=1" />

Votre accès sur la plateforme interactive de YogaPartout est échu? 27 €

# Autres méthodes de paiement

Si vous préférez utiliser PayPal, Interac ou payer par Chèque, c'est possible  
Pour les personnes qui résident au Canada, nous acceptons interac et les chèques.  
Nous transigeons sur PayPal, sur SquareUp (par téléphone)



# Vous représentez une entreprise?

Si vous souhaitez connaître les produits et services que nous offrons, [écrivez-nous](#)

Encouragez notre partenaire (Publicité)

Devenez membre

Nous demandons une  
contribution consciente

# Consultez d'abord

- Adhérez en Euro
- Adhérez au Canada en \$CA

Merci.

Anglais - Espa ol - Portuguese - Deutsch - Italien - Sanskrit

# YogaPartout en huit langues

Nous rejoignons d'autres frontières dans les langues suivantes

- Anglais
  - Voir aussi [The Electronic Yoga Magazine](#) (also printed)
- Español
- Portugais
- Allemand
- en Espagnol Sud Américain
  - Catalan
  - en Espagnol Européen
- en Italien
- en Sanskrit
- et même en Néerlandais

VISITEZ CE PARTENAIRE - VISITE THIS SPONSOR



# Nouvel Album Disponible

[www.stevetrottier.ca](http://www.stevetrottier.ca)

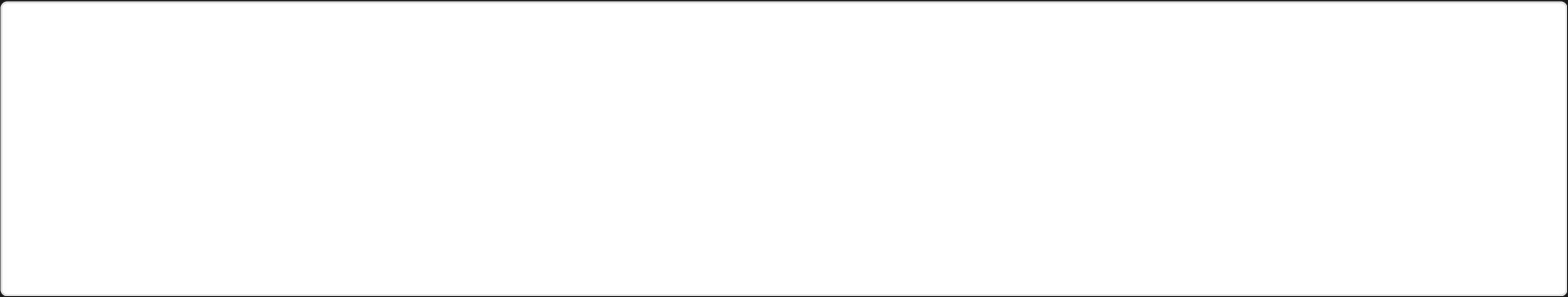


Nos amis, nos partenaires. Voyez, comprenez et communiquez

Nous vous invitons à **vous inscrire**.  
Si vous avez déjà votre accès,  
**veuillez vous connecter** pour  
accéder à notre communauté et  
recevez votre premier numéro du  
**Magazine numérique du Yoga -  
Satoshi.Yoga gratuitement**







Nous sommes sur la chaîne de bloc

# Nous avons créé notre propre monnaie électronique

Sous forme de **jeton** qui circule librement sur internet  
Nous avons nommé ce jeton le [ToshiYog](#)

# Qu'est-ce que le yoga fait dans cette nouvelle économie de la chaîne de bloc?

Tout le monde s'accorde à dire que le futur réside dans l'économie virtuelle. Nous croyons et ne sommes pas les seuls à observer que cette nouvelle économie passe par la chaîne de bloc. Le [ToshiYog](#), c'est ça la nouvelle économie. Lisez sur [Wikipedia](#) l'histoire de cette nouvelle façon d'échanger des services, même en yoga!

Toutefois, nous vous disons aussi: Attention car cette nouvelle façon de transiger sur la toile n'est pas source de confusion et d'illusion.

L'ADHÉSION MEMBRE EST ANNUELLE. CONSULTEZ LA FICHE TECHNIQUE

Nous demandons une contribution consciente.

Consultez d'abord

# Nous demandons une contribution consciente.

- Adhérez en [Euro](#)
- Adhérez au [Canada en \\$CA](#)

Merci.

Des chroniqueurs d'expérience

# Consultez d'abord

- Nous acceptons les €
- Nous acceptons la devise \$CA

Merci.

Adhésion annuelle

# Consultez d'abord

- Nous acceptons les €
- Nous acceptons la devise \$CA

Merci.

Débloquez votre accès, devenez membre

# Achetez votre accès membre

Mettez-vous a jour peu importe ou vous vous trouvez dans le monde. Nous couvrons les continents suivants

- [Canada](#)
- [Europe](#)

[Communiquez avec nous](#) si vous ne pouvez pas accéder à votre espace, si c'est une erreur.

Devenez membre

Recevez le magazine numérique  
que nous publions

J'adhère à YogaPartout et le  
Magazine numérique

# Payez en dollar Canadien



J'adhère - 139 \$CA

# Payez en Euro



J'adhère 92€

# L'adhésion annuelle sans le magazine

Pour une année, en dollars  
Canadien, le montant suggéré est  
de 40 \$CA

# Je m'inscris a YogaPartout pour une année: Paiement par carte de crédit

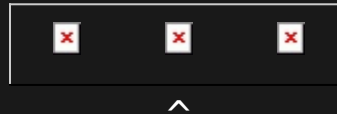
L'adhésion annuelle et la contribution volontaire suggérée est fixé à 27 EU - 40 CA  
Votre accès sur la plateforme interactive de YogaPartout est échu? 40 \$CA

Pour une année, en Euros, le  
montant suggéré est de 27 EU

27 €

# Autres méthodes

Si vous préférez utiliser PayPal, Interac ou payer par Chèque, c'est possible  
Pour les personnes qui résident au Canada, nous acceptons interac et chèques.  
Pour le reste du monde, nous pouvons aussi transiger sur PayPal et via SquareUp (au téléphone)



# Vous représentez une entreprise?

Veillez, SVP, si vous souhaitez faire connaitre vos produits et services, [écrivez-nous](#)

# Liens intéressants

- [PatrickVesin](#)
  - [Defi](#)
  - [Kurushestra](#)
- [AproposDeDaniel](#)
  - [Yogacharya](#)
- [Tel la Bhagavad Gîta via le chapitre 2, l'important verset BG5v16, BG5v21, et particulièrement chapitre 18 verset 66](#)
- [Les sutras de Patanjali, tel les podcasts, comme par exemple la rencontre de quatre professeurs qui discutent du doute: Samsaya](#)
- [Le mot Sambandha ou Abhidheya ou Prayojana, qu'est-ce que cela veut vraiment dire lorsqu'on les rassemblent?](#)
- [L'important ouvrage de l'Ashtavakra Gita](#)
- [Srimad Bhagavatam](#)
- [Qu'est-ce que cela veut dire spirituellement: Les mots Shankaracharya Jayanti, Surdas Jayanti](#)
- [Le mantra qu'on entend parfois Aum Shreem Hreem Kleem Klowm Gum Ganapathaye Vara pourquoi c'est important?](#)

- Que dire de l'[AsatoMaSadGamaya](#)
- Quel est la différence entre [Samsara](#), [Sanskara](#) et [Cikitsa](#)?
- [sitemap](#)
- On dit [Kurushestra](#) ou [Kurushestru](#)?
- [-daniel](#)
- [Vidya](#)

Exemples de pages membres en règle

# Voici des exemples

Nous fabriquons des espaces collaboratifs en mode partage. Après-tout, YogaPartout c'est un WIKI.

- Lorsque vous avez payé en [Euro](#) ou en [\\$CA](#), vous pouvez voir et ajouter vos commentaires sur des travaux comme la [Bhagavad Gîta](#), les [sutras de Patanjali](#) et d'autres textes sanskrits. Par exemple, nous étudions, nous échangeons nos savoirs sur des questions tel:
- [Tel la Bhagavad Gîta via le chapitre 2](#), l'important verset [BG5v16](#), [BG5v21](#), et particulièrement [chapitre 18 verset 66](#)
- [Les sutras de Patanjali](#), tel les podcasts, comme par exemple [la rencontre de quatre professeurs qui discutent du doute: Samsaya](#)
- [Le mot Sambandha ou Abhidheya ou Prayojana](#), qu'est-ce que cela veut vraiment dire lorsqu'on les rassemblent?
- [Ou puis-je trouver l'important ouvrage de l'Ashtavakra Gita](#)
- [Srimad Bhagavatam](#)
- [Les mots Shankaracharya Jayanti, Surdas Jayanti](#) Qu'est-ce que cela veut dire spirituellement.
- [Le mantra qu'on entend parfois Aum Shreem Hreem Kleem Klowm](#)

Gum Ganapathaye Vara pourquoi c'est important?

- Que dire de l'AsatoMaSadGamaya
- Quel est la différence entre Samsara, Sanskara et Cikitsa?

# L'adhésion membre est annuelle

Nous demandons une contribution consciente.

# Adhérez en dollar Canadien



139 CA\$

# J'adhère en Euro



92€

# L'adhésion annuelle sans le magazine

Pour une année, en dollars  
Canadien, le montant suggéré est  
de 40 \$CA

# Je m'inscris a YogaPartout pour une année: Paiement par carte de crédit

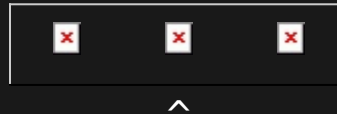
L'adhésion annuelle et la contribution volontaire suggérée est fixé à 27 EU - 40 CA  
Votre accès sur la plateforme interactive de YogaPartout est échu? 40 \$CA

Pour une année, en Euros, le  
montant suggéré est de 27 EU

27 €

# Autres méthodes

Si vous préférez utiliser PayPal, Interac ou payer par Chèque, c'est possible  
Pour les personnes qui résident au Québec, nous acceptons interac et chèques.  
Pour le reste du monde, nous pouvons aussi transiger sur PayPal et via SquareUp.



# Vous représentez une entreprise?

Veillez, SVP, si vous souhaitez connaître les produits et services que nous offrons aux corporations, [écrivez-nous](#)

Avantages et bénéfices

# Consultez cette maquette



Je m'inscris a YogaPartout pour une année: Paiement par carte de crédit  
PayPal - Interac - Chèque

# Sivananda le grand

Swami Sivananda

Le grand Sivananda a laissé peu d'héritage sonore ou visuel. Sauf que ce qu'il a laissé est beau, est grand et noble et inspirant.

×

**i** Text from Sivananda in English

Courage is thy birthright, but not fear; peace is thy divine heritage, but not restlessness. Immortality is thy birthright, but not mortality; strength, but not weakness; health, but not disease; bliss, but not sorrow; knowledge, but not ignorance.

Pain, sorrow and ignorance are illusory; these cannot live. Bliss, joy and knowledge are true; these cannot die.

You are the architect of your own fate. You are the master of your own destiny. You can do and undo things. You sow an action and reap a tendency. You sow a tendency and reap a habit. You sow a habit and reap your character. You sow your character and reap your destiny. Therefore, destiny is your own creation. You can undo it if you like-destiny is a bundle of habits.

Purushartha is self-exertion. Purushartha can give you anything. Change your habits. Change the mode of thinking. You can conquer destiny. You are now thinking: "I am the body." Start the spiritual anti-current and think: "I am immortal, diseaseless, sexless Atman." You can conquer death and attain the immortal seat of supreme splendour.

By virtuous deeds and right thoughts you can disarm destiny. You have a free-will to act. By self-exertion, Ratnakar became Valmiki. By self-exertion, Markandeya conquered death. By self-exertion alone did Uddalaka attain Nirvikalpa Samadhi (higher realisation). By self-exertion, Savitri brought back

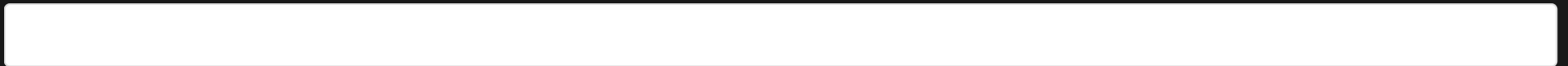
her husband (Satyavan) to life.

Therefore, apply yourself tenaciously, O Prema, to Atmic enquiry and meditation. Be vigilant and diligent. Kill the thoughts and desires. Overcome tomorrow's evil by today's self-exertion. Destroy unholy desires (Asubha Vasanas) through holy desires (Subha Vasanas). Slay unholy thoughts by holy thoughts, and gain victory over your destiny.

Do not yield to fatalism. Do not become impotent. Stand like a lion. Exert and attain independence or Atma Svarajya. There is a magazine of power within you. There is a vast ocean of knowledge within you. All faculties are latent in you. Unfold them and become a Jivanmukta (liberated soul).

Positive overcomes the negative. This is the immutable law of nature. Purushartha (self-exertion) is a mightier power. Purushartha is the lion or the elephant. Prarabdha (destiny) is the cat or the jackal. God helps those who help themselves. Vasishtha asked Rama to do Purushartha. Fatalism will certainly induce inertia and laziness. Therefore, gird up your loins and exert yourself to the utmost, O Prema.

May you all attain Self-realisation or Brahma Jnana in this very birth! May you all live immersed in the ocean of bliss in an illumined state! May you shine as liberated sages!





*Centre d'Éducation en*  
**SANTÉ HOLISTIQUE**

*Santé-vous bien naturellement!*



**Avec le cours Gestion de stress un apéritif de tous les cours et ateliers pour savourer après selon vos besoins par chacun un 20h d'approfondissement.**

**Centre d'Éducation en Santé Holistique, 21 rue Lois, Gatineau J8Y 3R3>**  
**<https://www.sentezvousbien.ca/cours/gestion-de-stress> - [sergine.couillard@gmail.com](mailto:sergine.couillard@gmail.com)**



# Liens intéressants

- [PatrickVesin](#)
  - [Mag Patrick Vesin - L'essentiel est de retransmettre](#)

# Contacts - Info - Q&A

# Rejoignez le co-gestionnaire

Pour l'instant, ce site est administré/contrôlé par une personne. Voyez les [termes et conditions sur ce sujet sur cette page](#)

Par courrier électronique

Par What's app: 01-514-883-1922

# Liens intéressants

- [Vous êtes ici](#)