Les mudras

Une Mudra est un geste symbolique et sacré de la main porteur d'une signification globale bien définie et qui a pour objectif d'induire une attitude psychologique, un effet énergétique et aussi une expérience spirituelle. Il faut toujours aborder la pratique des Mudras avec un infini respect.
- Swami LocanandA

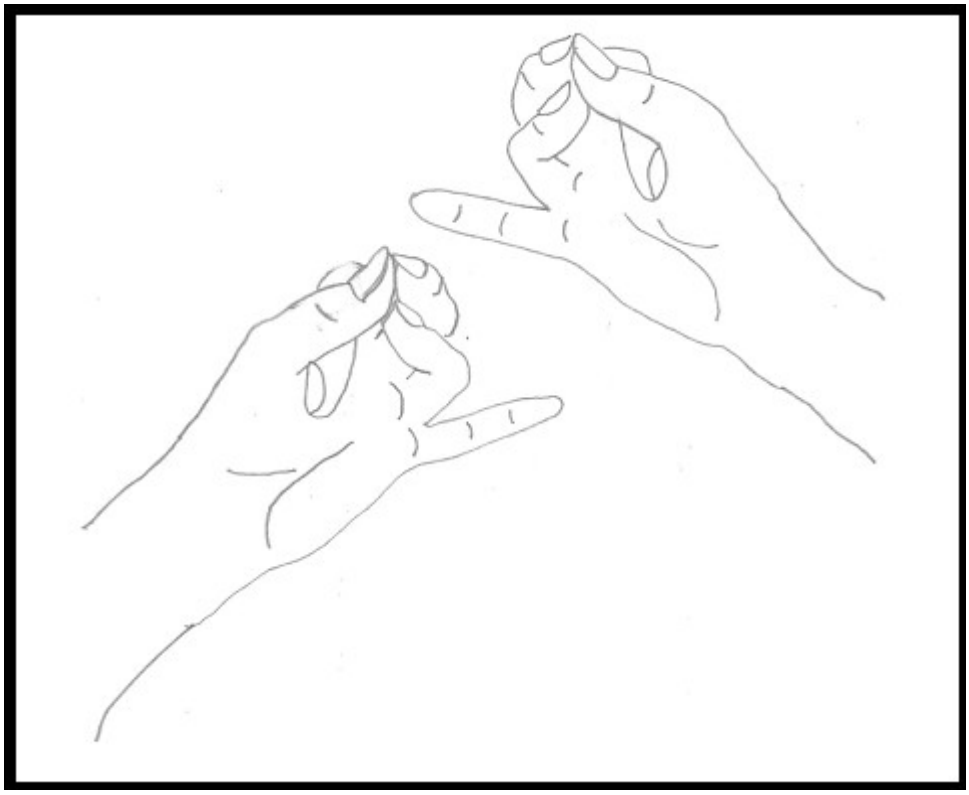
Merci à...

Dans la vie, il y a toujours des personnes qui nous aident pour arriver là ou on veut se rendre, là ou on est. C'est le cas de Padma Yoga. Merci.

Puis, pour vous donner une idée des mudras que les membres en règles créent, voici une planche importante: Apana Mudra Vayu

Si vous avez de la difficulté à voir le pdf ci-dessous, voici le lien direct pour téléchargement

Apanvayu Mudra



Utilisation de ce mudra

Ce mudra nous aide à gérer tout sortes de conditions du cœur.

Apana: Partie du corps situé en dessous du nombril dans la région de l'anus, ce vayu (air, vent) s'occupe de tous les organes d'élimination. A ne pas confondre avec prana vayu (région du cœur) qui s'occupe d'absorption.

Vayu: Le mot vayu a plusieurs définitions. Principalement, il signifie le vent. Pour apana, il correspond au côlon, au bas-ventre . Selon David Frawley et le Dr Vasant Lad, apana vayu touche les zones basses du corps.

Durée recommandée: Il n'y a pas de durée idéale pour tenir Apanvayu mudra. Peut servir thérapeutiquement et pour de la visualisation.

Couleur associé à cet mudra: blanc et rouge
Qualité développé: gentillesse, amour inconditionnel

Questions? yogapartout@gmail.com / Sur la page http://yogapartout.com/Mudra vous trouverez deux pdfs sur le sujet. a) The mirror of Gesture publié aux Éditions de la Cambridge Harvard University Press, 1917, 90 pages et b) Les mudras, étude des gestes sacrés, mémoire d'étude de Félicie Artaud, 2002, 57 pages
références: http://www.yogamrita.com - Gertrud Hirschi - http://www.editions-tredaniel.com

Bienvenue

Que pouvez-vous trouver sur cette page?

Cet espace web de yoga vous permets de trouver des réponses à vos questions sur des sujets complexe. Oui, YogaPartout vous permet d'en apprendre davantage sur le yoga... et plus encore. Nous publions un magazine vraiment intégré avec la nouvelle réalité. C'est-à-dire que nous combinons l'imprimé avec le web en vous offrant un accès membre privilégié

Sauf qu'avant de courir, il faut marcher

Le yoga est un art et une science. Grâce à ce•tte professeur•e de yoga, vous pouvez découvrir plus de 1,700 pages d'information sur le yoga... vérifiés et certifiés authentiques

La signification du mot Mudra en sanscrit

Plus un mot est spirituel, plus il a de nombreux sens

Pour continuer la lecture sur ce sujet, vous devez être connecté (c'est gratuit) **et** faire partie du groupe des membres en règles (c'est payant). Si une fois connecté vous n'accédez pas au contenu recherché, vous devez joindre le groupe d'étude sur ce sujet. Complétez le formulaire multi-fonctionnel suivant pour avoir plus d'information.

D'autres notions en tantrisme

Visitez ces pages pour en connaître davantage sur le sujet via la signification des 5M.
Voyez aussi Le rituel des Tantrikas: Mamsa - Matsya - Madya - Mudra et Maithuna

Pour le reste

- Le mot sanscrit Mamsa qui est communiqué une fois inscrit dans notre communauté.
- Le mot sanscrit Matsya qui est communiqué une fois inscrit dans notre communauté.
- Le mot sanscrit Madya qui est communiqué une fois inscrit dans notre communauté.
- Le mot sanscrit Mudra qui est communiqué une fois inscrit dans notre communauté.

et

- Le mot sanscrit Maithuna qui est communiqué une fois inscrit dans notre communauté.

Vous devez être enregistré

Bienvenue

Lorsque vous êtes connecté, la publicité disparaît

et seulement les bannières de notre communauté apparaissent

Voyez ce que ce notre partenaire nous offre

Vous cherchez de l'information?

Vous voulez confirmer la véracité d'une donnée?

Notre engin de recherche est puissant.

Pour trouver une information, nous utilisons la toute dernière technologie.

Essayez nous!

Connaissance sociale et collaborative

Inscription

Pourquoi m'inscrire

Qui dire d'autre

Pour vous encourager, nous faire confiance vous..

devez lâcher prise sur les anciens concepts que tout est gratuit sur internet.

Liens intéressants

Voici les plans qui sont offerts

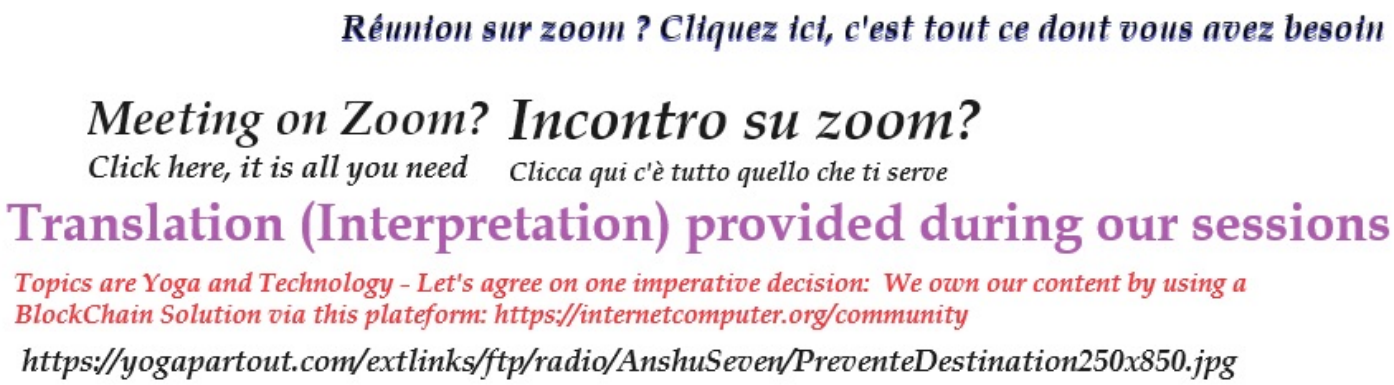
YogaPartout, un partenaire en média social vraiment adapté à vos besoins

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

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 le partenaire global que nous vous proposons



Et si vous aimez Google

Encouragez, découvrez, osez visiter ce partenaire