

Hatha Yoga

Deux significations prédominantes pour le mot Hatha

- Déterminé - entêté
- Forcé

Lorsqu'on décompose ce mot ça va ainsi:

- Ha pour Soleil
- Tha pour Lune

Ce qu'il faut retenir? Il faut se souvenir que le plus important, ce n'est pas la théorie, c'est la pratique. La pratique, la pratique et la pratique.
- Swami Shivananda

Un mot de notre partenaire

Communiquez avec nous

[+]