

La signification du yoga

par
Rocio Judith Machorro

Enregistrez votre profil, c'est gratuit

Depuis 2002 j’enseigne le Yoga.

Le bien-être physique, mental et émotionnel ont de tout temps motivé mes recherches, mes explorations et beaucoup de mes découvertes.

J'ai été une artiste martiale pendant une douzaine d'années, une danseuse de danse contemporaine pendant presque dix ans. Pour moi, le corps est un laboratoire de découvertes et d'aventures à tous les niveaux.
Notre mission est de vous amener à un mieux-être à travers la pratique du yoga, il me parait tout à fait logique de commencer par la définition du mot yoga. Je vous cite ci-dessous celle faite par Marie-Françoise Le Page dans son livre : Discipline et Liberté.

❝

> *« Le mot yoga est dérivé de la racine sanskrite yog ou yuj »*

Dans une première acception, la racine yog signifie "atteler" et le mot "yoga" peut s'entendre comme l'action d'atteler, de mettre sous le joug, c'est-à-dire de contrôler, de maîtriser; en somme, il s'entend comme une discipline.
Dans une deuxième acception, la racine yog signifie "joindre", "unir", et le mot "yoga" peut s'entendre comme l'état d'union ou d'unité.

Ces deux significations sont en réalité étroitement imbriquées : si l'on attelle un cheval a un char, char et cheval sont unis et l'attelage ainsi constitué est soumis au pouvoir du cocher. En attelant deux bœufs au joug à cornes ou au garrot, ils tirent de manière synchrone l'araire qui peut alors être dirigé par le paysan où il en a besoin.
Nous pouvons affirmer aussi que le yoga est une discipline dont l'effet est d'amener celui qui le pratique a un état d'unité.
Le yoga, discipline de l'unité, nous offre des outils pour le corps, pour l'esprit, pour la Vie. Nous souhaitons que cet espace nous permette de nous faire découvrir la richesse millénaire de cet art de vivre ainsi que notre propre richesse.

Rocio Judith Machorro
Contactez Rocio via rocio@satoshi.yoga
Retrouvez d'autres articles de Rocio http://satoshi.yoga/Rocio

L'entrevue de présentation

Connectez-vous pour lire ma chronique

Si vous êtes déjà connecté, voici mon premier billet

- Vous êtes ici
- Du yoga au non yoga (vous êtes ici)
- La relation professeur-élève

Inscription

Si ce n'est pas déjà fait, enregistrez votre profil via ce formulaire multifonctionnel

Yoga Partout a récemment changé sa méthode d'inscription. SVP complétez le formulaire ci-dessous et nous verrons à ce que vous receviez les billets de Rocio ainsi que les autres chroniques des autres professeurs. De plus, votre inscription vous donne accès à la banque des 700 et plus pages sans publicité. De plus, nous vous donnons accès aux podcasts, des vidéos exclusives et nous vous mettons en contact directement avec les professeurs qui participent sur cette plateforme. **Vous n'envoyez pas d'argent**, vous complétez simplement le formulaire pour vous enregistrer et nous parler de vous.

Les autres chroniqueurs du magazine numérique

Nos chroniqueurs

Ce magazine donne la parole à neuf professeurs avec des sujets tout aussi différents les uns que les autres.

- Patrick Vesin nous parle de Raja Yoga et de l'importance de retransmettre la connaissance et de l'union dans l'agir et le non-agir
- Daniel Pineault nous parle des concepts structurants du Yoga, d'être ou ne pas être dans le yoga
- Hervé Blondon nous parle des vrais buts du yoga
- Lily Champagne nous raconte qu'elle n'était pas destiné à faire du yoga avec son article Le yoga sans chichi et elle nous livre son témoignage santé
- Marie-Françoise Mariette , citoyenne du monde, nous demande la qruestion Faut-il être souple pour faire du Yoga. Puis, elle nous présente sa pensée au sujet de la méditation, son accessibilité et son utilisation thérapeutique pour nous inviter à lâcher prise
- Nathalie Perret nous parle d'Aplomb, la base du Yoga et des pieds comme appui dynamique
- Renée Dagenais nous parle du yoga au fil des ans et des liseurs de Nadis en Inde
- Rocio nous fait découvrir Bhoga, de non yoga et de la remaliton professeur-élève.
- Chantal Turgeon nous fait réfléchir à propos d'une article intitulé L'océan dans une goutte d'eau

- Véronique Pierre partage avec nous ce que sont les neuf obstacles du chemin yoguique et approfondie sa réflexion au sujet de la maladie, l'obstacle numéro un dans l'évolution de l'être humain.
- Leah Vineberg - notre auteure anglophone - Article in **English**
- Réjane Martin: une yogini bien ordinaire
- Vous aimez écrire et souhaitez savoir comment vous y prendre pour être publié dans le magazine numérique du Yoga? Voyez l'évolution du magazine, celles et ceux qui ont été publiés en commençant par un article et soumettez-nous votre proposition

Enregistrez votre profil si ce n'est pas déjà fait

C'est gratuit

Prix - commande (cliquez sur le signe + pour voir)

[+]

Contacts - Info - Q&A

Écrivez-nous