



Pratiques Avancées de Yoga
AYP-Advanced Yoga Practices

Newsletter No.4

“...the mantra is not about language or meaning. The mantra at every stage is for stable and progressive vibrational quality deep in the nervous system. (Yogani-Lesson 186)”

... le mantra n'a pas de liens avec le langage ou avec le sens. Le mantra à chaque niveau a pour but d'obtenir une qualité vibratoire stable et progressive profondément dans le système nerveux.

“Mantra syllables are like tuning forks in the nervous system. Each vibration resonates in a different part of our inner circuitry. (Yogani-lesson 188)”

Les syllabes des mantras sont comme des diapasons dans le système nerveux. Chaque vibration résonne dans une partie différente de notre circuit intérieur.

Genève, le 14 mars 2011

Bonjour à tous,

Les leçons principales 181 à 190 viennent d'être mises en ligne.

Je recommande tout particulièrement les leçons 186 et 188 qui donnent des explications extrêmement détaillées sur les mantras, sur la façon dont Yogani conçoit leur rôle dans notre voyage vers l'illumination et sur la façon dont les mantras sont construits de manière à obtenir les résultats les plus efficaces possible.

Bonne lecture

Didier