



Pratiques Avancées de Yoga
AYP-Advanced Yoga Practices

Newsletter No.11

“The cultivation of inner silence and ecstatic energy, and their natural union (inner lovemaking of "shiva and shakti" or "father and holy spirit"), is the key to human spiritual transformation” (Yogani-lesson 232).

Cultiver le silence intérieur et l'énergie extatique ainsi que leur union naturelle est la clé de la transformation spirituelle (l'union de « Shiva et de Shakti » ou « du Père et du Saint-Esprit).

Genève, le 28 septembre 2011

Bonjour à tous,

Les leçons principales 231 à 240 viennent d'être mises en ligne.

Je recommande la leçon 232. Cette leçon, plus longue que d'habitude, est un dialogue entre Yogani et une nouvelle pratiquante qui vient de commencer AYP, à qui il arrive toutes sortes d'expériences et qui pose quantité de questions ce qui permet à Yogani de revenir sur toute une série de conseils déjà donnés dans les leçons précédentes mais mis en situation avec un cas pratique. C'est donc l'occasion de réviser de façon vivante nombre de points enseignés jusqu'à maintenant.

Bonne lecture

Didier