



Yogathérapie - Formation pratique Tome 1

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Yogathérapie - Formation pratique Tome 1

Dr. N. Chandrasekaran

Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 Dr. N. Chandrasekaran

Depuis les origines de l'humanité, d'innombrables approches thérapeutiques ont été élaborées pour soigner les maux dont souffre l'homme et lui permettre de retrouver le bien-être. Mais, étrangement, plus l'être humain consulte, plus il devient dépendant. A cette question, la discipline millénaire du yoga peut apporter des réponses. Elle vise, en effet, à rapprocher l'être humain de la perfection du corps et du mental. Elle le met en harmonie avec la nature et sa source. Elle tend vers l'union de l'ensemble. La "Yogathérapie" tire son potentiel de cette science du yoga. C'est une approche naturelle, individuelle, simple, efficace et puissante. Elle conduit le patient à l'autonomie. Sa santé se rétablit grâce à une pratique quotidienne, adaptée, évolutive et régulièrement supervisée. Sa seule limite ? Elle implique que le patient se prenne en charge lui-même, devienne l'acteur de la réduction de sa souffrance, de sa douleur, jusqu'à l'autonomie. Le présent ouvrage livre un enseignement relié à la tradition du grand maître indien T. Krishnamacharya dans un langage direct et accessible. Grâce à sa double compétence de médecin et de professeur de yogathérapie, le Dr N. Chandrasekaran contribue à ouvrir la voie en Occident à une thérapie aussi ancienne qu'originale, aussi traditionnelle que moderne. Puissent nos contemporains bénéficier de cette millénaire sagesse pour leur plus grand bien-être.

 [Télécharger Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 ...pdf](#)

 [Lire en ligne Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 ...pdf](#)

384 pages

Extrait

Extrait de l'introduction

De nombreuses méthodes visant à réduire la souffrance et à rétablir la santé sont pratiquées depuis l'origine de l'humanité. Le yoga affirme qu'une bonne santé est la base pour atteindre les réalités plus élevées qu'il propose. Ainsi offre-t-il une vaste palette d'outils pour prendre soin de la santé physique et psychique. Lorsqu'un professeur de yoga rencontre son élève, la simple formule «Comment ça va ?» prend un sens profond. Le premier objectif du professeur est de s'assurer que son élève est en bonne santé. Si tel n'est pas le cas, il lui donne des outils pour rétablir au plus vite et de manière durable sa santé. Le présent ouvrage est le premier de trois volumes. Le Docteur N. Chandrasekaran y présente les spécificités de l'action thérapeutique du yoga, sa méthode et ses principaux outils.

De culture indienne, le Docteur N. Chandrasekaran, a étudié et pratiqué la médecine dite occidentale. Après une très longue pratique du yoga dans la tradition de T. Krishnamacharya, il est devenu l'un des meilleurs spécialistes de la yogathérapie.

Une grande différence sépare les cultures et médecines occidentales et indiennes. Comment le présent ouvrage sera-t-il compris en Occident ? Nous souhaitons éclairer quelques-uns des pièges évidents afin d'éviter qu'une lecture rapide ne trahisse les richesses d'une tradition orale vivante. Pour ce faire nous aborderons quelques définitions.

La yogathérapie

Le mot yogathérapie n'est qu'une simplification pour désigner une discipline difficile à cerner. S'il y a bien pratique du yoga dans la yogathérapie, il n'y a pas d'abord thérapie mais plutôt soin. La thérapie vise à guérir, à réduire et si possible à faire disparaître un symptôme. Le soin cherche à soigner, à réduire la souffrance. Il s'intéresse plus au patient qu'au symptôme. Pourquoi alors cet ouvrage ne s'intitule-t-il pas le yoga-soin ?

L'expression eût été cocasse voire ridicule. Présentation de l'éditeur

Le présent ouvrage livre un enseignement relié à la tradition du grand maître indien T. Krishnamacharya dans un langage direct et accessible. Grâce à sa double compétence de médecin et de professeur de yogathérapie, le Dr N. Chandrasekaran contribue à ouvrir la voie en Occident à une thérapie aussi ancienne qu'originale, aussi traditionnelle que moderne. Depuis les origines de l'humanité, d'innombrables approches thérapeutiques ont été élaborées pour soigner les maux dont souffre l'homme et lui permettre de retrouver le bien-être. Mais, étrangement, plus l'être humain consulte, plus il devient dépendant. A cette question, la discipline millénaire du yoga peut apporter des réponses. Elle vise, en effet, à rapprocher l'être humain de la perfection du corps et du mental. Elle le met en harmonie avec la nature et sa source. Elle tend vers l'union de l'ensemble. La Yogathérapie tire son potentiel de cette science du yoga. C'est une approche naturelle, individuelle, simple, efficace et puissante. Elle conduit le patient à l'autonomie. Sa santé se rétablit grâce à une pratique quotidienne, adaptée, évolutive et régulièrement supervisée. Sa seule limite ? Elle implique que le patient se prenne en charge lui-même, devienne l'acteur de la réduction de sa souffrance, de sa douleur, jusqu'à l'autonomie. De culture indienne, le Docteur N. Chandrasekaran, a étudié et pratiqué la médecine dite occidentale. Après une très longue pratique du yoga dans la tradition de T. Krishnamacharya, il est devenu l'un des meilleurs spécialistes de la yogathérapie.

Download and Read Online Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 Dr. N. Chandrasekaran

#6UOYTRI34M1

Lire Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 par Dr. N. Chandrasekaran pour ebook en ligne
Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 par Dr. N. Chandrasekaran Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 par Dr. N. Chandrasekaran à lire en ligne.
Online Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 par Dr. N. Chandrasekaran ebook Téléchargement PDF
Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 par Dr. N. Chandrasekaran Doc
Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 par Dr. N. Chandrasekaran Mobipocket
Yogathérapie - Formation pratique Tome 1 par Dr. N. Chandrasekaran EPub

6UOYTRI34M16UOYTRI34M16UOYTRI34M1