



INSTITUT DU YOGA TRADITIONNEL

MODULE PARVATĪ

ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE

A. Cytologie et histologie

- La cellule
- Les tissus

B. Ostéologie et arthrologie

- Généralités sur les os
- Squelette du tronc, colonne vertébrale, thorax, bassin
- Les ceintures
- Articulations du tronc
- Squelette et articulations de la tête, membre supérieur et inférieur

C. Myologie

- Généralités sur les muscles
- Muscles du tronc
- Muscles de la tête et du cou
- Muscles du membre supérieur
- Muscles du membre inférieur

D. Appareil respiratoire

- Généralités sur le système respiratoire
- Anatomie du système respiratoire
- Physiologie du système respiratoire

E. Appareil circulatoire

- Généralités
- Anatomie
- Physiologie

F. Appareil digestif

- Anatomie
- Physiologie

G. Appareil uro-génital

- Appareil urinaire
- Organes génitaux de l'homme et de la femme

H. Glandes endocrines

I. Système nerveux

- a. Généralités
- b. Système nerveux central, végétatif
- c. Méninges et liquide céphalo-rachidien

J. Organes des sens : œil, oreille, fosses nasales, peau

K. Physiologie articulaire

HISTOIRE ET PHILOSOPHIE DU YOGA

Présentation générale du yoga

- . Étymologie
- . Signification et définition du yoga dans les textes
- . Aspects mythologiques

Histoire du yoga

- . Origine et modifications historiques, géographiques
- . Étude des mouvements sectaires transmetteurs du yoga

Approche philosophique du yoga

- . Étude du Sāṃkhya
- . Relations et différences entre Sāṃkhya et Yoga
- . Découverte du Puruṣa et la conception de la mort
- . Expérience fondamentale du yoga (rapport homme-univers)

Étude des textes de yoga

- . Sāṃkhya Kārikā et commentaires de Gaudapāda
- . Yoga-Sūtra de Patañjali

THÉORIE ET PRATIQUE DU YOGA

Rāja-Yoga

- . Définition
- . Sources et histoire
- . Rapport avec le Haṭha-Yoga
- . Structure : yama, niyama, āsana, pratyāhāra, dhāraṇa, dhyāna, samādhi