

Qu'est-ce qui vous anime lorsque vous transmettez ?

Transmettre un désir de développer une qualité d'être dans la relation à soi-même et aux autres ; transmettre le désir de liberté intérieure et d'amour : être dans la conscience de ce qui se vit à l'intérieur : pensées, émotions qui vont générer la vie extérieure.

La foi que j'ai dans le yoga

Le souhait d'une transmission honnête et juste avec le souci de la précision et du détail adapté à la personne

Apporter des conditions de paix, de relaxation vers le silence intérieur

le plaisir de donner.

La joie, bien souvent! La simplicité dans l'enseignement, l'envie d'ouvrir des espaces d'expérience personnelle pour se connaître mieux, la bienveillance et la douceur.

Me mettre au service des pratiquants. Laisser de la place pour que chacun puisse trouver la sienne. Parfois, l'être, la présence, le souffle m'anime.

Le partage, ne pas garder pour moi ce que le yoga m'a permis de découvrir

Le Yoga a été une grande « aide » dans ma vie et il m'apporte toujours énormément. J'ai une grande gratitude pour tous ceux qui l'ont transmis jusqu'à nous, en particulier pour mon formateur dont je souhaite à mon humble niveau (comme le colibri qui participe à éteindre la forêt en feu) transmettre l'enseignement si riche et si profond.

L'urgence de la situation mondiale : il est urgent que chacun d'entre nous doit ouvrir ses yeux et son cœur

J'aime voir comment les élèves rentrent dans la proposition de séance, s'approprient les mouvements à leur rythme. J'aime voir comment le yoga nous relie toutes et tous quelque soit l'âge, les particularités physiques, les personnalités

