**Sujet de dissertation (Bien- être)**

**Le yoga : phénomène de mode ou s’agit-il d’un symptôme d’un certain malaise de la société ?**

**Articles à consulter :**

Le yoga, victime de la mode, P. Santi in *Le Monde.fr,* 2017

<https://www.lemonde.fr/m-perso/article/2017/08/27/le-yoga-victime-de-la-mode_5177092_4497916.html>

Le Yoga, sport à la mode ?

<https://amessensibles.fr/blog/yoga-sport-a-la-mode/>

**Arguments**

|  |  |
| --- | --- |
| **Mode** | **Pas mode** |
| Une solution parmi tant d’autres comme la promenade, le sport, etc… | La mode est un phénomène temporaire/ le yoga est pratiqué depuis plusieurs années |
| Le yoga ne touche pas tous les âges et toutes les catégories socio-professionnelles : peut-être une solution au stress (entreprise) | Le yoga a des bénéfices sur la santé physique et psychologique d’où l’augmentation de l’offre |
| Malgré ses bienfaits, il ne résout pas tous les problèmes structurels (professionnel, personnel) | Pratiqué constamment, il peut devenir une vraie solution de bien être psychologique et peut-être conduire à un changement de vie (végétarien, changer de métier, etc…) |
| Pratique orientale adaptée à l’occident qui quelquefois est détournée avec des pratiques excessives |  |
|  |  |