

INITIATION KRIYA YOGA DE BABAJI

1070 Montée de Baume Rousse

26400 Cobonne

7-9 août 2026

Le **KRIYA YOGA** est l'art scientifique de la **réalisation de Soi** dans les corps physique, vital, mental et spirituel.. Cette forme de Yoga est une synthèse des enseignements anciens de la tradition des 18 Siddhas ravivée par un grand Maître de l'Inde, **Babaji Nagaraj**.
Le Kriya yoga consiste en une série de techniques accessibles aux débutants et yogis confirmés.

Durant l'initiation vous apprendrez :

18 postures de "Hatha Yoga" qui favorisent la détente, la stabilité, augmentent le niveau d'énergie, préparent le corps physique aux pratiques plus subtiles.

6 techniques de respiration «Kriya Kundalini Pranayama », pour éveiller notre énergie potentielle et la faire circuler dans les 7 principaux chakras.

7 techniques de méditation pour nettoyer le subconscient, développer la concentration, la clarté mentale, éveiller l'intuition, la créativité et permettre la réalisation du *Soi*, la réalité *Absolute*.



Enseignante : Siddhananda Sita est née dans une famille de chercheurs spirituels au Brésil. La rencontre et la pratique intensive du Kriya Yoga de Babaji ont transformé profondément son chemin spirituel. Depuis 2009, après une formation rigoureuse d'Acharya, elle consacre sa vie à la transmission du Kriya Yoga de Babaji et se réjouit de partager cet héritage intemporel.

Siddhananda Sita Mayi Ma : kriyasita@gmail.com

Info-Inscription : Kriyasita@gmail.com +33 698 44 91 33

Participation suggérée : 300 euros

Hébergement en pension complète : 160 euros

