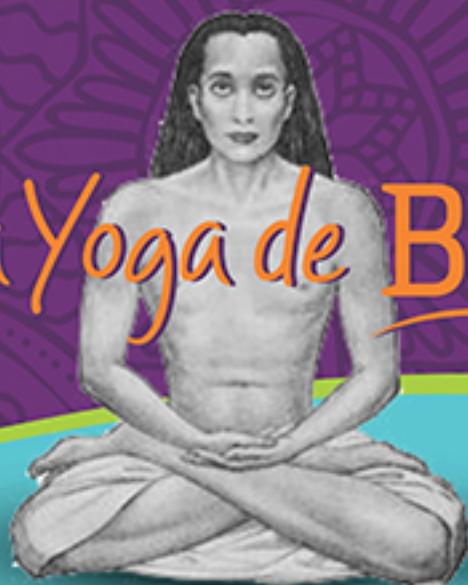


Kriya Yoga de Babaji



PRIMEIRA INICIAÇÃO Com Sharana Devi



Iniciação (*diksha* em sânscrito) é um processo de transmissão de conhecimento com energia e consciência. A Kriya Yoga de Babaji é uma poderosa ferramenta para quem busca a felicidade duradoura. As técnicas especialmente selecionadas por Babaji promovem uma transformação integral do indivíduo nos 5 níveis de consciência — físico, vital, mental, intelectual e espiritual — de forma gradual, equilibrada e segura. Não há necessidade de conhecimentos prévios e nem questionamento sobre crenças: todos podem praticar e encontrar a paz e a felicidade. Nesta primeira iniciação você receberá:

18 ASANAS DE KRIYA HATHA YOGA

Posturas para energização e relaxamento do corpo físico.

6 FASES DE KRIYA KUNDALINI PRANAYAMA

Uma técnica de respiração poderosa que atua no corpo vital ou emocional, nutrindo e fortalecendo o sistema nervoso, acalmando também a mente.

7 TÉCNICAS DHYANA KRIYA

Técnicas de meditação para desarmar os condicionamentos da mente, aumentar a capacidade de concentração e foco, desenvolver a intuição e visualização e promover uma aproximação real com o Self.

PROGRAMA

10 de Março - Palestra 20h
11 de Março - Sábado das 9 às 19h
12 de Março - Dom das 9 às 17h

LOCAL

Espaço Gopala - R. Otávio Correa 53 - Urca

INVESTIMENTO

Iniciação: R\$ 330,00 (pode ser parcelado)
R\$ 30/dia (refeições opcionais com reserva)
Condições especiais para quem já fez e quer repetir

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

> Jayanti - 21 99751-6776
julyfreitas2009@gmail.com
> Constança 21 99802-5246
tocadiscostan@gmail.com

VAGAS
LIMITADAS

Sharanadevi pratica yoga há mais de 23 anos, primeiro como estudante da Self Realization. Em 1998 recebeu de Govindan Satchidananda a primeira iniciação na Kriya Yoga de Babaji. Tornou-se instrutora de Kriya Hatha Yoga no primeiro Teacher Training da Ordem dos Acharyas em 2001. Tornou-se Kriya Yogacharya em 2003, recebendo autorização para transmitir a Primeira Iniciação. Em 2009 foi autorizada a transmitir os mantras sagrados na Segunda Iniciação. Dá cursos de formação para Instrutores de Kriya Hatha Yoga. Junto com os outros acharyas do Brasil, traduz e distribui as publicações da Kriya Yoga de Babaji em português. Mora em São Paulo, é casada e mãe de 3 filhos.

Conheça mais sobre a Kriya Yoga de Babaji pelo www.babajiskriyayoga.net

