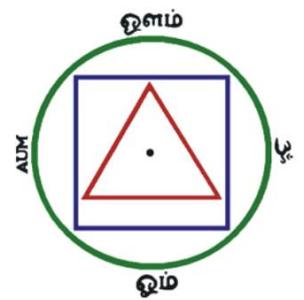


Kriya Yoga de Babaji



Kriya Yoga es el “arte científico de la unión con el Propio Ser o la Verdad”.

El Kriya Yoga fue desarrollado por los antiguos Siddhas (seres auto-realizados) y revivido en los tiempos modernos por Babaji Nagaraj, de la India.

Cualquier persona, independientemente de su condición, ideología o creencia religiosa, puede practicar las técnicas yóguicas o **Kriyas** y beneficiarse de ellas para su propio crecimiento y bienestar personal. A través del Kriya Yoga podrás acceder a todo tu potencial de consciencia y de energía, potencial que en términos yóguicos se llama Kundalini.

Durante la **Primera Iniciación** aprenderás las siguientes técnicas o Kriyas, las más importantes de este sistema:

- **18 Posturas de Kriya Hatha Yoga** para el completo mantenimiento integral del cuerpo físico.
- Las 6 fases del **Kriya Kundalini Pranayama**, técnica de respiración para el desarrollo de nuestra consciencia y de nuestra energía.
- **7 técnicas de meditación** para purificar el subconsciente, para desarrollar la concentración, la creatividad y la intuición y para contactar con nuestro ser superior.

Seminario de iniciación en Tarroja de Segarra (Lleida), 25 y 26 de marzo; viernes 24 conferencia de presentación (entrada libre), con Nityananda.

En el Centre d'Ensenyances, Ioga, i Creixement personal **La Cabana**, a 100 kms. de Barcelona y 60 de Lleida. Buenas comunicaciones en tren, buses (Alsa e Hispano Igualadina) y en coche (por la A2, a 1h.10" de Barcelona). Hay posibilidad de alojamiento.

Organiza Quim: 644503660, lacabanasana1@gmail.

