



# INITIATION AU KRIYA YOGA DE BABAJI

Les 20 et 21 Mai 2023  
en Ardèche

**Le Kriya Yoga de Babaji** est une pratique spirituelle des anciens maîtres yogiques les Siddhas, vers la réalisation du soi et la création consciente de la vie.

C'est un art et une science accessible à tous.

Durant la 1<sup>er</sup> initiation on reçoit les techniques essentielles, les kriyas, afin d'éveiller et développer notre potentiel endormi.

- ❖ Mantra et Puja
- ❖ 6 phases de Kriya Kundalini Pranayama pour activer l'énergie primordiale.
- ❖ 7 Techniques de Dhyana Kriya pour la maîtrise et la purification du mental.
- ❖ 18 postures de Kriya Hatha Yoga pour vitaliser le corps physique.



**Siddhananda Sita** a été initié en 2004 par M G Satchidananda, elle a suivi depuis une série de préparation qui l'autorise à transmettre les trois niveaux du Kriya Yoga. Elle est depuis au service de cette œuvre.

Renseignements et réservations: [sitayoga.blogspot.com](http://sitayoga.blogspot.com) / [kriyasita@gmail.com](mailto:kriyasita@gmail.com)