

INITIATION KRIYA YOGA DE BABAJI

Bruxelles 28-29 mars 2026

Conférence : vendredi 27 mars à 19h30.

Initiation samedi 28, dimanche 29 mars 8h30 à 17h30.

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 *Absolue*.



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

<https://babaji-kriyayoga.com/>

Lieu : Espace TARAB

96, Chaussée de Roodebeek 1200 Bruxelles
Métro Roodebeek

Info-Inscription : danielle.elleboudt@gmail.com +32 (0)498 052 096

Participation suggérée : 300 euros

