



BABAJI'S KRIYA YOGA
Anthar Kriya Yogam
Yogacharya Siddhananda Sita
24-26 avril 2026
ESTONIE

Les étudiant(e)s du Kriya Yoga sont invité(e)s à participer à une initiation au second niveau. Durant cette fin de semaine nous apprendrons comment intégrer le Kriya Yoga dans la vie quotidienne.

Cette formation, et l'initiation aux mantras, doit être donnée dans un environnement naturel, loin des préoccupations quotidiennes pour une période prolongée.

La fin de semaine comprendra des activités variées: une formation à de nouvelles techniques de pranayama et de méditation, un jour de silence, la pratique en groupe des postures de yoga, un "Yagna" feu sacré, des conférences sur le Kriya Yoga. Il y aura aussi de la marche et de la méditation dans la forêt. La formation atteindra son apogée avec une initiation individuelle aux puissants "bija" (semence) mantras.

L'Anthar Kriya Yogam vous révélera comment intégrer la pratique du Kriya Yoga dans toutes vos activités: pendant les repas, le travail et même pendant le sommeil. L'art de vivre du Kriya Yoga nous permettra de nous débarrasser des entraves et des mauvaises habitudes

PROGRAMME

Vendredi, 17h: Arrivée, installation , puja et sadhana, dîner et repos

Samedi : Les pratiques se déroulent entre 6h00 à 18h00

Dimanche :Sadhana de 6h00 à 10h00, yagna, diksha, repas et clôture vers 17h30

Condition préalable : être initié au Kriya Yoga de Babaji niveau 1

La contribution suggérée pour le séminaire est de 300 Euros, plus les frais d'hébergement en pension complète

Les repas sont végétariens

Sita kriyasita@gmail.com

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

