



# SÉMINAIRE D'INITIATION AU KRIYA YOGA DE BABAJI®

*Recevez l'Initiation en 2017*

avec Jnanashakti

Acharya de la tradition du Kriya Yoga de Babaji et des 18 Siddhas

**Les 28 et 29 avril à St-Sauveur**

Le but de la vie est le bonheur, la paix, l'amour et la Réalisation. Ce désir de perfection provient du Soi supérieur qui est en chacun de nous et qui est déjà divinement parfait. Et, même si souvent nous l'ignorons, nous pouvons ressentir que cette énergie divine et parfaite cherche à s'exprimer à travers nous.

LE KRIYA YOGA est l'art scientifique de la réalisation du Soi dans les corps physique, vital, mental et spirituel. Ce Yoga, une synthèse des enseignements anciens des 18 Siddhas, fut ravivé par un grand Maître indien, Babaji Nagaraj.

LE KRIYA YOGA consiste en une série de techniques qui vise l'optimisation de l'énergie en soi, ainsi que la parfaite maîtrise de soi à travers nos cinq corps.

Dans cet atelier, vous apprendrez ;

- **18 postures** qui procurent la détente et contribuent à une meilleure santé;

- 6 phases d'une puissante technique de respiration, appelée :

**"Kriya Kundalini Pranayama"**

pour éveiller et faire circuler l'énergie spirituelle dans le corps;

- **7 techniques de méditation** pour purifier le subconscient, maîtriser le mental et atteindre la Réalisation du Soi, la Réalité Absolue.

Jnanashakti (Josée Sylvestre) fut connectée au yoga dès l'âge de 7 ans, par l'intermédiaire de sa mère qui, à l'âge de 80 ans pratiquait encore. De nature aussi mystique que joviale, ses plus lointains souvenirs la ramènent à la priorité de sa vie qui a toujours été l'ouverture et l'élargissement de conscience. Psychosociologue, spécialiste en développement organisationnel et formatrice depuis 25 ans, elle s'est aussi dotée de très nombreuses certifications de relation d'aide, de coaching et de soins thérapeutiques. En 2006, le Satguru Babaji Nagaraj répond à sa demande et vient à elle. Dès lors, elle pratique intensivement les puissantes techniques du Kriya yoga et remplit de rigoureuses conditions avant d'être reçue professeur en 2009, puis nommée Acharya avec l'autorisation et la responsabilité d'offrir l'Initiation au Kriya yoga de Babaji à tous ceux qui le désirent. C'est avec plaisir qu'elle vous accompagne sur le chemin du retour à Soi, vers l'ultime Réalisation du Soi.

*Namasté !*

*JnanaShakti*

**POUR INFORMATION, OU INSCRIPTION**

Contactez directement Jnanashakti :

1(514) 571-4153 – [jnanashakti@me.com](mailto:jnanashakti@me.com)

Jnanashakti donnera un séminaire d'initiation les vendredi et samedi 28 et 29 avril, de 9h à 17h30  
**Studio de Yoga Shanti Om  
200, rue Principale,  
St-Sauveur, PQ, J0R 1R0**

Contribution suggérée : 250\$

L'enseignement est toujours gratuit pour les personnes déjà initiées. Vous êtes toutefois invités à offrir une contribution volontaire afin de nous aider à couvrir nos frais.

Le séminaire est précédé d'une **Conférence d'introduction** disponible ci-dessous ou cherchez sur **YouTube** :

**[KRIYA YOGA DE BABAJI -  
Conférence intégrale préalable au  
Séminaire d'Initiation](#)**

**Voir aussi une courte présentation :**

- **[Initiation au Kriya yoga de Babaji](#)**





# SÉMINAIRE D'INITIATION AU **KRIYA YOGA** DE **BABAJI**®



*Recevez l'Initiation en 2018*

avec Jnanashakti

Acharya du Québec pour la tradition du Kriya Yoga de Babaji et des 18 Siddhas

À St-Sauveur : Les 28 et 29 avril de 9h à 17h30

⇒ Voir sur **YouTube** ⇐

[KRIYA YOGA DE BABAJI - Conférence intégrale préalable au Séminaire d'Initiation](#)

Voir aussi une courte présentation :

- [Initiation au Kriya yoga de Babaji](#)

**Où :** Studio de yoga Shanti Om  
200, rue Principale, St-Sauveur  
Québec J0R-1R0

**Pour INFORMATION ou INSCRIPTION : Contactez directement JnanaShakti**

Par courriel : [jnanashakti@me.com](mailto:jnanashakti@me.com)

Par téléphone : 1(514) 571-4153 (sur les heures normales de bureau)

Par téléphone : 1 (514) 448-4789 En tout temps (messagerie téléphonique)

Contribution suggérée : 250\$

Notez que l'enseignement de l'Initiation est toujours gratuit pour les personnes déjà initiées

Vous êtes invités à offrir une contribution volontaire afin de nous aider à couvrir nos frais.