



Kriya Yoga de Babaji

UMA CIÊNCIA DA AUTORREALIZAÇÃO

Kriya Yoga é "a arte científica da união com o Ser ou Verdade". Foi desenvolvido pelos antigos Siddhas (mestres realizados) e revivido nos tempos modernos por Babaji Nagaraj da Índia. Com sua prática você desenvolverá todo o seu potencial de consciência e energia (kundalini). Qualquer pessoa, independentemente de sua condição, ideologia ou crença religiosa, pode praticar técnicas yogues ou kriyas para seu próprio crescimento e bem-estar. Não é necessária experiência prévia em Yoga.

NA PRIMEIRA INICIAÇÃO SÃO TRANSMITIDOS:

18 asanas de Kriya Hatha Yoga: posturas para relaxar, energizar e equilibrar o corpo físico.

6 fases de Kriya Kundalini Pranayama: técnicas de respiração para harmonização e expansão dos corpos sutis.

7 técnicas de Kriya Dhyana Yoga: meditações que trazem mestria sobre os diversos níveis mentais e permitem acessar nossa dimensão divina.

Ferramentas complementares: Mudras (gestos), bandhas (travas energéticas) e drishti (foco com o olhar).

Narada: membro da Ordem Internacional de Acharyas da Kriya Yoga de Babaji, tendo iniciado este percurso em 2011. Fundador e Mentor do Ashram "Espaço Flor das Águas", professor de meditação e yoga, músico devocional e terapeuta. Vive em comunidade, partilhando de uma vida simples, apoiada e instruída pelos valores éticos universais.

INFORMAÇÕES SOBRE 1ª INICIAÇÃO COM NARADA

MAIS DETALHES E INSCRIÇÕES

(12) 99743 7161: Mani Scorza (organizadora) / maniscorza@gmail.com

ESCLARECIMENTOS CONCEITUAIS, ESPIRITUAIS OU FILOSÓFICOS SOBRE A 1ª INICIAÇÃO EM KRIYA YOGA

(12) 99623 8733: Narada / naradaioque@gmail.com

"Mova-se em direção à liberdade, à perfeição e ao êxtase eterno a cada segundo. Seja sincero e íntegro. Você pode se tornar merecedor da Graça Divina."

A Voz de Babaji