



# LE KRIYA YOGA DE BABAJI

**Séminaires d'initiation  
À La Ciotat les 23 et 24 mars 2019  
Zéro Gravity  
387 avenue Peymian**

Le but de la vie est le bonheur, la paix, l'amour et l'illumination. Ce désir de perfection provient du Soi, l'image de Dieu en l'homme, cette image parfaite qui cherche à s'exprimer à travers chacun de nous.

**LE KRIYA YOGA** est l'art scientifique de la réalisation de Soi dans les corps physique, vital, mental et spirituel. Cette forme de Yoga, qui est une synthèse des enseignements anciens des 18 Siddhas, fut ravivée en cette ère moderne par un grand Maître de

**Le séminaire se déroule le samedi et dimanche de 8h15-17h30. Pour des renseignements concernant les lieux et horaires veuillez consulter [sitayoga.blogspot.com](http://sitayoga.blogspot.com)**

**Contribution financière: 235 Euros**

**Le séminaire sera précédé d'une conférence d'introduction et d'une méditation, le vendredi à 19h30 sur place**

**LE KRIYA YOGA** consiste en une série de techniques. Dans cet atelier, vous apprendrez 18 postures qui procurent la détente et contribuent à une meilleure santé; les 6 phases d'une puissante technique de respiration, appelée

**"Kriya Kundalini Pranayama"** pour éveiller et faire circuler dans le corps l'énergie spirituelle; 7 techniques de méditation pour purifier le subconscient, maîtriser le mental et atteindre la Réalisation du Soi, la Réalité Absolue.

**Siddhananda Sita a été initiée en 2004 en Ecosse**, et a pratiqué depuis de manière intensive le Kriya Yoga comme disciple de Babaji. Elle a participé à des pèlerinages en Inde et des formations et retraites au Canada. Après avoir rempli des conditions rigoureuses, à la fin de 2009, elle est devenue acharya et donne des initiations au premier, second et troisième niveaux.

**Siddhananda Sita**

Courriel: [kriyasita@gmail.com](mailto:kriyasita@gmail.com)

[sitayoga.blogspot.com](http://sitayoga.blogspot.com)

[www.babajiskriyayoga.net](http://www.babajiskriyayoga.net)

