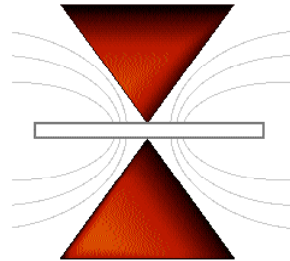


KUNDALINI YOGA

Stage de Yoga du 19 au 21 Sept 2008

animé par Vincent Baettig, IKYTA Teacher, au Centre de Kundalini Yoga,
15, rue du Contrôle, CH-2503 Bienne, Suisse, tel +41 79 356 67 50



**Sujet de fin Sept, 1^{er} Temps de la Saison du Métal,
Temps de l'Été Indien et 1^{ere} Lune d'Automne :**
(Passage de la 9^e à la 10^e Lune / Pleine Lune du 15 sept - Nouvelle Lune au 29 sept)

**Passage de la Maison de la Vierge (VI)
à la Maison de la Balance (VII) :**
(Premier Stage du Nouveau Cycle 08/09: Vinyasa Deva)

KRIYAS de l'EQUINOXE

“ Régénération / 1^{er} et 5^e chackra ”

Kundalini Yoga, Ashtanga Vinyasa & TaiSo

Vendredi soir 18h15 à 22h, samedi matin 9h30 à 12h30 + après-midi 14h00 à 17h30,
dimanche matin de 9h30 à 12h30 :

Les Kriyas de l'Equinoxe permettent de transformer les tensions du corps,
la pression psychologique, le stress, les obsessions et l'anxiété
en profonde paix, douceur et sens de l'unité.

Ces Kriyas nous permettent de nous réconcilier, de nous reconnecter
avec la douce énergie de la Terre Mère, celle qui donne la vie
et celle aussi qui nous la reprend le temps voulu.

Il n'y a pas de début, il n'y a pas de fin, il n'y a que continuité dans la transmutation

**“Ce que la vie apporte, célèbre-le, car elle le reprendra tantôt,
flux et reflux sont les termes d'une même respiration “**
(Kriya Deva)

**“ Si tu ne mets pas en conscience des challenges dans ta vie,
vivre en conscience sera un challenge pour toi “**
(Yogi Bhajan)

Ces stages et séminaires de Yoga sont ouverts à tous, et peuvent servir autant de stage d'initiation
et d'expérimentation que d'approfondissement. On fait sur 3 jours un travail extraordinaire
et incomparable à celui d'une pratique hebdomadaire ou solitaire.

Une connaissance du Hatha Yoga traditionnel n'est pas nécessaire,
mais peut être d'une aide bienvenue.



La Pratique du Kundalini Yoga d'Été Indien et des Kriyas de l'Équinoxe (The Mother Earth Yoga Season)

Le Nettoyage du Corps Mental, par le Nettoyage du Corps Physique :

“ Ma pensée est responsable de la qualité de mon univers. Ma pensée est un aimant, elle attire les événements comme des poissons dans les filets du pêcheur ”.

Il est difficile, long et délicat de travailler sur la qualité de la pensée, elle bouge comme une anguille, elle change sans arrêt de forme, elle se dissout ici pour apparaître et survivre ailleurs.

Il faut mieux travailler sur le corps, le corps est le miroir matériel de la pensée.

Le corps est seulement impliqué dans l'ici et le maintenant, il a besoin d'immédiate attention, considération et compréhension de ses besoins. Le corps est aimant, il aime être touché, saisi et reconnu à chaque instant présent.

Le corps est notre meilleur enseignant, guide et protecteur.

Le corps nous offre la relation amoureuse la plus folle, il vit, meurt et renaît tous les jours par amour pour nous.

