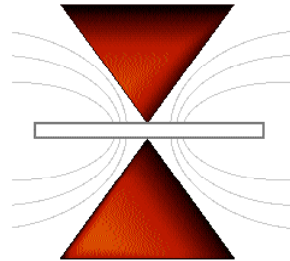


KUNDALINI YOGA

Stage de K-Yoga du 25 au 27 Sept 09

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



**Sujet de fin Septembre, Temps de l'Esprit de la Terre Lumière,
Temps des Kriyas de la Terre-Mère et de l'Equinoxe.
Premier Temps de la Saison du Métal et 1^{ere} Lune d'Automne :**
Passage de la 10^{eme} à la 11^{eme} Lune de l'An / Nouvelle Lune au 18 Sept. et 18 Oct. -Pleine Lune au 4 Oct.

**De la Maison de la Vierge (VI)
à la Maison de la Balance (VII) :**
Première Phase du Cycle 09/2010 : Ishvara Deva

KRIYAS de la LUMIERE KRIYAS de l'EQUINOXE

“ Les Sept Cieux de la Balance - Purusha & Prakriti ”

Asthanga & Vinyasa Yoga, Kriya Yoga, TaiSo & Tao Yoga
Vendredi soir 18h15 à 22h, samedi matin 9h30 à 12h30 + après-midi 14h00 à 18h30,
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 ...

Les Kriyas de la Lumière travaillent sur l'équilibre physique et psychique de l'Etre ...
Ils permettent de trouver un point lumineux de rencontre entre la personnalité et l'âme,
par un beau travail sur la respiration

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



**La Pratique du Kundalini Yoga d'Automne
et des Kriyas de l'Esprit de la Terre "Lumière"**
(The Yoga Season of Earth ☽ Light Spirit)

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.



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.