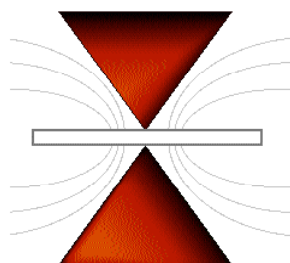


# KUNDALINI YOGA

## Stage de K-Yoga du 20 au 22 Nov 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 Octobre : Temps de l'Esprit du Métal et de la Lumière,  
Temps des Kriyas de la Lune du Scorpion.**

**Dernier Temps de la Saison du Métal et 3<sup>ème</sup> Lune d'Automne :**  
Passage de la 12<sup>ème</sup> à la 13<sup>ème</sup> Lune de l'An / Nouvelle Lune au 16 Nov. et 16 Déc. -Pleine Lune au 2 Déc.

**De la Maison du Scorpion (VIII)  
à la Maison du Sagittaire (IX ou VIII) :**  
Troisième Phase du Cycle 09/2010 : Ishvara Deva

## KRIYAS de la LUMIERE LUNAIRE ☾ KRIYAS du METAL

“ L'Arc du Sagittaire - le Feu du Centaure ”

**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 :

La pratique des Kriyas de la Lumière Lunaire nous permet de découvrir l'énergie magnétique qui nous anime, la partie non-révoilée de notre personnalité totale, celle qui nous inspire, suscite la vie et nous pousse à voyager au delà de nous-même. Ces Kriyas permettent de comprendre la nature de ses instincts, de ses pulsions, de ses peurs, de ses polarités et de ses besoins de séduction.

Ils nous reconnectent avec l'énergie de la Lune d'Argent, avec la sublimation de l'espace céleste et stellaire. Avec l'énergie de l'antique déesse, la sensualité, la force de l'Ame et la féminité en soi. Avec la beauté du Manque et de l'Attente.

Cette énergie nous permet de découvrir nos vraies aspirations, de rencontrer son destin, de répondre à l'appel des étoiles et de ressentir nos racines célestes.

L'énergie de la Lune nous conduit à l'énergie de la saison de l'Eau,  
celle qui nous rappelle le sens de sa vie sur terre,  
au delà de l'épreuve et du mystère de sa mort.

L'Eau est le Royaume des Anciens Dieux et Déesses.  
L'Eau est la Matrice Aimante qui nourrit les Nouveaux Dieux,  
ceux qui feront frémir le monde à venir ...

\*\*\*\*\*



## La Pratique du Kundalini Yoga d'Automne et des Kriyas de l'Esprit de la Lumière et du Métal

( The Yoga Season of Light & Metal Spirit )

La Purification du Corps Mental, par la Lumière du Corps Physique,  
par la Puissance de la Colonne Vertébrale, par la Respiration Consciente :

“ La pratique des Kriyas de l'Esprit du Métal permet de se défaire de la tristesse, de la dépression, du vague-à-l'âme et du manque de motivation.

Ils nous rendent radieux, forts et paisibles.

Les Kriyas de l'Esprit de la Lumière travaillent sur l'équilibre physique et psychique de l'Etre ...  
Ils permettent de trouver un point lumineux de rencontre entre la partie supérieure et inférieure de la Colonne Vertébrale, entre le Conscient du Buste et l'Inconscient du Dos.

**“ Le manque n'est qu'un prétexte pour nous laisser magnétiser  
par des impressions, par des sensations, par des émotions,  
par des fantasmes, par des rêves, par de prétendus besoins,  
qu'aucune nourriture au monde ne saurait jamais rassasier.  
On ne meurt pas de faim, on meurt d'avoir peur de manquer ”**

( Kriya Deva )



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.