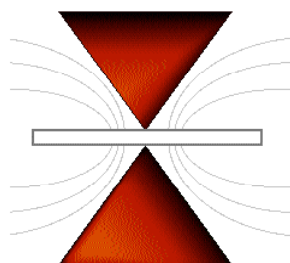


KUNDALINI YOGA

Stage de K-Yoga du 23 au 25 Avril 10

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 Avril :
2^e Temps Roi du Printemps et la 3^{ème} Lune Noire,
le Temps des Kriyas du Vent
The Yoga Season of Wood ☽ Wind Spirit

Passage au 2^{ème} Temps de la Saison du Bois
et de la 2^{ème} Lune du Printemps :
Passage de la 4^{ème} Lune de l'An / Nouvelle Lune au 14 Avril, Pleine Lune au 28 Avril
à la 5^{ème} Lune de l'An / Nouvelle Lune au 12 Mai, Pleine Lune au 27 Mai

De la Maison des Bélier (I)
à la Maison du Taureau (II) :
Huitième Phase du Cycle 09/2010 : Ishvara Deva

KRIYAS du VENT

“ Terres du Désir, Royaume du Taureau ”
The Wood ☽ Wind Spirit's Yoga Season
☽ KRIYAS LUNAIRES

Kundalini Yoga Vinyasa, Ashtanga ☽ Tibetan Yoga

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

Le printemps sonne l'heure de l'émergence des énergies Yang de Renouveau, et de la projection des énergies de lumière dans la matière. Elles créent idées, intuition, visions, initiatives, mobilité, puissance et souplesse. Les kriyas de “ **l'Esprit du Vent** ” travaillent sur l'énergie supérieure du **Plexus Solaire**, son énergie est sensible à notre capacité de réceptivité d'esprit, à la luminosité de nos pensées, à l'ouverture du coeur et à la qualité du sens que nous donnons à notre vie. La lumière Plexus Solaire est connecté à la source du **Dharma** et du **Karma**. L'homme se réalise vraiment quand il trouve son point d'équilibre entre son Karma personnel purifié et les lois du Dharma, la roue du destin humain dans son évolution transcendée.



La Pratique du Kundalini Yoga de Printemps et des Kriyas du Renouveau (The Wood & Wind Spirit's Yoga Season)

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

La qualité de l'énergie du Plexus Solaire montre de quelle façon nous captions la lumière dans nos actes, dans nos aliments et dans notre respiration et de quelle façon nous incarnons de la lumière dans nos pensées et de la vie dans notre corps.

Elle est à la source de notre pensée créatrice, à la source de la lumière, de la radiance et de la clarté de notre mental. Le Kundalini Yoga nous enseigne qu'il faut en priorité travailler sur le corps, car le corps est de la lumière faite matière. Le plexus solaire convertit la lumière de nos univers physiques intérieurs et extérieurs en force de vie, en renouveau et en régénérescence.

Le Plexus Solaire convertit les énergies subtiles en force de vie et en sens de vie..

La lumière est la plus belle des nourritures



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.