

LIEU DU SÉMINAIRE:

Espace Santé Harmonie, Boulevard de Grancy 30, CH-Lausanne
Il est situé juste au Sud de la gare CFF de Lausanne.

**PRENDRE AVEC SOI:**

Des habits confortables, chaussettes, un tapis de sol et un coussin pour s'asseoir.
Il y a aussi quelques tapis, coussins et chaises sur place.

« La source de la Joie véritable et
de la Paix éternelle se trouve
dans mon temple intérieur »

Kripanandamoyima



Séminaire de Kriya Yoga
avec Christophe Steiger

19 septembre 2021
Bd de Grancy 30, CH-Lausanne

SÉMINAIRE DE KRIYA YOGA

19 septembre 2021 à CH-Lausanne

DIMANCHE 19 SEPTEMBRE 2020

| | |
|-------|---|
| 08h30 | Accueil et formalités administratives |
| 09h00 | Introduction à la technique du kriya yoga |
| 11h15 | Méditation 1 ^{er} kriya pour tous |
| 13h00 | Pause |
| 15h00 | Questions et réponses et méditation 1 ^{er} kriya pour tous |
| 17h30 | Fin |

RENSEIGNEMENTS:

Christophe Steiger, mobile: +41 (0)76 822 18 07
Courriel : christophe.steiger@kriya.ch

INSCRIPTION:

Le délai d'inscription est fixé au 16 septembre 2021.

Si possible, merci de vous inscrire sur le site web : www.kriya.ch > Seminare.

Sinon, faites-le par courriel ou courrier à Christophe Steiger, Rue du Valentin 61, CH-1004 Lausanne, christophe.steiger@kriya.ch.

Merci alors d'indiquer vos nom, adresse, téléphone, niveau de kriya et si vous êtes un(e) nouveau(-elle) participant(e).

DIRECTION DU SÉMINAIRE:

Le séminaire est donné par Christophe Steiger. Il est autorisé par Kripanandamoyima (Barbara Glauser-Rheingold), qui succède à Paramapadma Dhiranandaji.

L'enseignement est donné dans la tradition du kriya yoga telle que nous l'avons reçue de Paramapadma Dhiranandaji, dans la lignée de Babaji, Lahiri Mahasaya, Sri Yukteswar et Paramahansa Hariharananda.

QU'EST-CE QUE LE KRIYA YOGA :

Le kriya yoga est une tradition ancienne autrefois réservée à quelques privilégiés. Ce n'est que grâce à Paramahansa Yogananda (1893-1952), auteur de „Autobiographie d'un Yogi“, que cette ancienne technique de méditation a été connue en Occident. Le kriya yoga est une méthode de réalisation de soi qui permet un développement physique, mental et spirituel. La combinaison d'exercices corporels, de respiration et de concentration a un effet harmonisant sur le corps et l'ensemble du système nerveux. Toute personne, quels que soient son âge, son origine ou ses croyances, peut apprendre cette technique sous la direction directe d'un enseignant autorisé. « kri » signifie action, activité, « ya » signifie âme et « yoga » signifie unité. Le kriya yoga est l'unité du corps, du mental et de l'âme au cœur de chaque action. Le but de ce chemin est de développer la capacité de rester en contact et en harmonie avec le divin dans la vie quotidienne, malgré toutes les tensions. La pratique de cette technique n'implique en aucun cas un détournement des obligations professionnelles et familiales ; au contraire, elle permet de relier une vie mondaine épanouie au développement et à la conscience spirituels.

COÛT DU SÉMINAIRE:

Forfait pour les nouveaux participants :

CHF 250 (y compris un bon pour une 3^e méditation)

Prix pour les autres participants :

CHF 20 par méditation

Des réductions de prix sont possibles en cas de situation financière particulièrement difficile. De plus, l'association Kriya Charity peut aider pour les frais de transport (www.kriya.ch > Kriya Charity ou auprès de Christophe Steiger).

Pour les nouveaux participants, les arrhes sont à verser plusieurs jours avant le séminaire à :

Christophe Steiger, CH-1004 Lausanne

Banque Cantonale Vaudoise, CH-1001 Lausanne

IBAN CH61 0076 7000 C551 2749 9

BIC (Swift) BCVLCH2LXXX