



Initiation à la Voie Spirituelle du Kriya Yoga

*

Avec Jean Lin - Kriya yoga acharya -

*

Paris ... dates à préciser ... 2020

----- Programme -----

<u>Samedi</u>	09h15 – 12h30	Rituel d'initiation et méditation
	15h00 – 18h00	Enseignement, méditation, questions/réponses
<u>Dimanche</u>	09h30 – 12h30	Méditation Enseignement

----- Conditions -----

Apporter : 5 fleurs (dont au moins une rose) - **5 fruits** - **1 donation** (125€)

Porter une tenue claire et confortable

Pour les personnes déjà initiées, participation de 40€/ jour, 20€ la ½ journée.

----- Lieu -----

Les programmes ont lieu à Paris - chez Jean Lin – 17 rue Watteau – 75013

Ou dans le Var, chez Lisa Fortini – sur un weekend complet dans un cadre privilégié avec l'association « **Mahadeva ashram** » - à Draguignan.

Le Kriya yoga

Le Kriya-Yoga est connu en Inde depuis des millénaires. Sa transmission a longtemps été réservée aux moines et aux ermites, et a fini par tomber dans l'oubli. A la fin du 19^{ème} siècle, sous l'impulsion de Babaji Maharaj, ces techniques ont été revivifiées par Lahiri Mahasaya qui les a alors rendues accessibles aux hommes et aux femmes engagés dans la vie de famille et les responsabilités du monde.

La méditation du Kriya yoga est transmise à tout chercheur sincère, sans distinction d'origine ou de croyance. L'initiation qui est transmise est demeurée inchangée depuis Sri Yukteswar, (qui fut le maître de Paramahansa Yogananda - voir son livre « Autobiographie d'un Yogi »).

A notre époque de nombreuses personnes cherchent le moyen de se transformer, essayant tour à tour diverses techniques de purification, d'évolution et de connaissance de soi. Mais lorsque l'on pratique par soi-même on parvient inévitablement à ses propres limites. Alors vient le temps de se tourner vers une technique éprouvée, pratiquée par de nombreux yogis au fil des âges, qui les a menés à leur état naturel de paix et de contentement. Maintenu par une lignée de maîtres accomplis, elle confère une protection sûre et la promesse du succès à venir.



Le Kriya yoga est basé sur le contrôle paisible du souffle, son observation et sa maîtrise progressive, selon un processus puissant mais accessible à tout le monde. Le rituel d'initiation a lieu le samedi matin, suivi par l'explication des techniques et les enseignements relatifs à la connaissance du corps, de l'âme et du souffle. Nous méditons ensemble plusieurs fois pendant les deux jours, afin d'intégrer complètement la technique. De retour chez vous, vous pourrez continuer d'approfondir votre expérience, jour après jour, et libérer progressivement votre mental de ses tensions, afin d'entrer dans le silence intérieur, l'équilibre et la félicité.