

YOGA et SANTE

Avec Ram Rattan Singh



16-17 mars et 23-24 novembre 2019

Comprendre les mécanismes par lesquels le yoga régénère les organes et les schémas de pensée.

Acquérir un système simple et universel pour évaluer vos besoins.

Connaître et approfondir les pratiques du Kundalini Yoga les plus efficaces répondant à ces besoins et générant santé et vitalité.

Ram Rattan Singh est médecin, chirurgien, enseignant de Kundalini Yoga, invité dans de nombreuses formations d'enseignants pour son approche unique alliant les découvertes les plus récentes de la médecine occidentale et les enseignements millénaires du yoga. Yoga thérapeute il est le créateur du projet Yoga et Santé qu'il a développé d'abord en Italie puis plus largement (<https://www.yogaesalute.com>). Ces deux week-ends sont le résumé de l'expérience de centaines de séminaires et de thérapies individuelles.

Programme 16-17 mars

Module 1: Projection mentale. Comment nos pensées façonnent notre métabolisme cellulaire. Techniques du Kundalini Yoga pour contrôler le fonctionnement des organes et utiliser la force de l'intention focalisée.

Module 2: Intelligence émotionnelle. Les émotions impactent profondément l'ADN et le fonctionnement cellulaire. Techniques du Kundalini Yoga pour éliminer la colère et les peurs du subconscient.

Programme 23-24 novembre

Module 3: Bilan énergétique. Les lois régissant l'alchimie énergétique et les techniques du Kundalini Yoga qui l'harmonisent pour un champ magnétique puissant et une physiologie jeune et en bonne santé.

Module 4: Purification physique. Toute maladie physique ou mentale est la conséquence d'un état d'intoxication. L'immense pouvoir purifiant du Kundalini Yoga pour éliminer les déchets physiques et mentaux pour rajeunir le renouvellement cellulaire et la régénération tissulaire.

Module 5: Modes de vie. Routines des yogis pour obtenir une respiration profonde, un repos régénérateur et une alimentation adaptée à nos besoins.



Lieu: Narayan - 4bis rue de la conciergerie - 69009 Lyon

Tarif: 190€ /week-end avant le 15/02, puis 210€
360€ les deux week-ends

Réservation/Inscription: uniquement accompagnée du règlement: Narayan 4 rue Lavoisier 69300 Caluire

www.kundalyon.org
maria_sat5@yahoo.fr