

## Philippe Djoharikian

sa, 6.10.2018 – A06) 14h30 – 16h30  
di, 7.10.2018 – M04) 6h30 – 8h00  
di, 7.10.2018 – A07) 9h30 – 12h30  
di, 7.10.2018 – A10) 14h00 – 16h00

### Kriya

Vivre une pratique de yoga avec Philippe Djoharikian est comme un voyage intense et joyeux à la rencontre de soi à travers les explorations énergétiques intenses, notamment avec les techniques des kriyas himalayennes, les sept séries de 108 mouvements en combinaison avec le souffle. La pratique de ces mouvements avec les pranayamas dynamiques permet un nettoyage des nadis et prédispose à la méditation profonde. Philippe vous amène sans compromis à la rencontre de votre Soi mêlant douceur et fermeté jusqu'au but.

Le toumo est une pratique de transformation à travers le feu du froid. C'est le tapas des yogis tibétains et des maîtres de l'Himalaya. Cette discipline yogique nettoie le corps et le cœur dans une ivresse brûlante. C'est une expérience unique pour retrouver santé, joie, énergie et éclat. Votre relation au froid ne sera plus la même jusqu'à la fin de vos jours, c'est le booster des défenses immunitaires.



### Curriculum Vitae:

Chaque année depuis 1987, Philippe Djoharikian parcourt l'Inde, le Népal, le Tibet et particulièrement le haut Himalaya. Il enseigne le yoga depuis une trentaine d'années dans sa forme traditionnelle. Il est spécialiste européen des kriyas de l'Himalaya, du toumo (baignade dans l'eau froide) et des expériences de yoga en relation avec le feu.

Philippe est directeur de l'école de formation «Babaschool» à Montpellier au sein de la FIDHY (Fédération Inter-enseignement de Hatha-Yoga).

Dans sa sadhana journalière, il maintient la grâce offerte par Amma, Chandra Swami et Anand Giri Baba dans l'Himalaya.

Philippe partage de manière joyeuse l'expérience d'un yoga doux et puissant à la fois. Les pratiques sont accessibles à tous, chacun y met la détermination relative à sa conscience et à ses possibilités. Il reste émerveillé comme un enfant du potentiel immense du yoga et collabore avec plaisir avec tous les chercheurs sincères de vérité.