



## Weihnachts- und Neujahrseminar mit



### Swami Mangalananda Giri und Yogacharya Uschi Schmidtke

**24. Dezember 2014 - 01. Januar 2015**

Mittwoch	24.12.14	<b>20:30</b>	<b>Heilig Abend Meditation</b>		Sonntag	28.12.14	06.30	Meditation
Donnerstag	25.12.14	06.30	Stille Meditation				09.00	II. Kriya (nur für Eingeweihte in den 2. Kriya)
		<b>09.00</b>	<b>Spaziergang im Schweigen</b>				10.45	Meditation
			11.45 Meditation				15.00	Fragen&Antworten
			15.30 Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda				17.00	Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda
			17.00 Meditation					Meditation
			20.00 Klasse /Satsang*		Montag	29.12.14		wie 25.12.
Freitag	26.12.14	06.30	Meditation		Dienstag	30.12.14	06.30	Meditation
		10.30	Meditation				10.30	Meditation
			II. Kriya im Anschluss					II. Kriya im Anschluss
			15.30 Meditation					wie 25.12.
		<b>18.30</b>	<b>Vortrag über Kriya Yoga &amp; Meditation für alle</b>		Mittwoch	31.12.14	06.30	Meditation
Samstag	27.12.14	06.30	Stille Meditation				10.30	Meditation,
		<b>09.00</b>	<b>Einweihung in den authentischen Kriya Yoga</b>				15.30	II. Kriya im Anschluss
			Technikerklärung u.					Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda
			16.00 Meditation				<b>17.00</b>	<b>Klasse/Satsang*</b>
			20.00 Klasse/Satsang*				<b>20:30</b>	<b>Neujahrsmeditation</b>
					Donnerstag	01.01.2015	06.30	Stille Meditation
							<b>09.00</b>	<b>Spaziergang im Schweigen</b>
							11.45	Meditation

\*Satsang: z.B. Chanting, Lehren, kleine Erzählungen oder Fragen & Antworten

**An den Meditationen können nur in den Kriya Yoga eingeweihte Personen teilnehmen!**

Alle Programmpunkte können von eingeweihten Personen auch einzeln besucht werden

**Einweihung in den authentischen Kriya Yoga: Samstag 27.12.2014**

(Einweihung auf Anfrage zusätzlich am 24.12. möglich)

*Neueingeweihte sollten zumindest an drei Meditationen teilnehmen um ihre Praxis zu vertiefen*

**Für die Einweihung sind drei Gaben mitzubringen:**

Fünf Blumen, als Symbol für die Sinnesorgane, fünf Früchte, als Symbol für alle Erfahrungen, eine  
Spende von € 150,- als Symbol für den physischen, astralen und kausalen Körper.

*Bitte Decke und Sitzunterlage mitbringen. Wir empfehlen bequeme und geschlossene Bekleidung.*

Seminarbeitrag pro Tag € 55,00 (inklusive Nächtigung und Verpflegung)  
Seminarbeitrag pro Tag € 42,50 (inklusive Verpflegung)  
*Personen mit geringen Einkünften können nach Rücksprache mit einem ermäßigten Beitrag an den Seminaren teilnehmen.*

Im Zentrum werden vegetarische Mahlzeiten angeboten.  
Mahlzeiten jeweils nach der Morgen- und Mittagmeditation,  
Abendessen 18.30 (am 26.12. um 20.30)