¿QUÉ ES KRIYA YOGA?

Kriya Yoga es un camino de vida y meditación ancestral que cultiva el cuerpo, la mente, el intelecto y la conciencia del alma, a través de poderosas disciplinas yóguicas. Nos ayuda a percibir las tres divinas cualidades: luz, vibración y sonido, usando técnicas de concentración, posturas y respiración. Esto permite a la mente concentrarse en el punto del átomo para lograr niveles más profundos de conciencia y cambiar nuestras vidas.

Kriya Yoga nos enseña que cada acción ***kri*** es realizada por ***ya***, el alma que habita en el interior. Es una disciplina espiritual universal que trasciende todas las fronteras y divisiones.

PARAMAHAMSA HARIHARANANDA
(1907-2002) En la foto a la derecha.
Pleno de pureza y amor, proviene de un linaje directo de maestros que han obtenido el Nirvikalpa Samadhi, el estado sin pulso ni respiración, la más alta meta de un yogui iluminado. Discípulo de Swami Sriyukteshwar y Paramahamsa Yogananda, difundió el Kriya Yoga en oriente y occidente.

PARAMAHAMSA PRAJÑANANANDA
(1959-) En la foto a la izquierda.
Su sucesor, continúa su misión enseñando la lección de amor. A través de cada acción y cada respiración, nos anima a ser conscientes de nuestra divinidad, vivir en el gozoso estado del amor divino y alcanzar la paz interior por medio de la autodisciplina y la práctica del Kriya Yoga.

REQUISITOS PARA TOMAR LA INICIACIÓN

El sábado 16 de Mayo y el domingo 17 de mayo se requiere llegar a las 7:30 a.m. para registrarse. Es necesario traer las siguientes ofrendas:

- **5 frutas** que representan los frutos de las acciones realizadas durante nuestra vida.
- **5 flores** que representan los cinco órganos de los sentidos.
- **Una donación** valor se da al momento de la inscripción.

Durante la iniciación son purificados el cuerpo, la columna vertebral y los sentidos. Esto permite al maestro infundir en cada uno de los discípulos las tres cualidades divinas de luz, vibración y sonido.

Este proceso toma entre 2 y 5 horas según el número de iniciados.

Después de la Ceremonia de iniciación, se enseñará la técnica de Kriya Yoga. Los recién iniciados deben asistir a todas las clases del sábado y el domingo para asimilar las técnicas aprendidas.

En caso de tener algún impedimento de tiempo por favor consultar con el director antes de recibir la iniciación, pues se recomienda asistir mínimo a tres meditaciones guiadas después del aprendizaje de la técnica.

Por favor use ropa cómoda y holgada.

Se recomienda llegar al auditorio 10 minutos antes del inicio de las meditaciones guiadas.

Nota: Para meditar en grupo es indispensable haber recibido la Iniciación en Kriya Yoga, impartida por un Swami o un Yogacharya del linaje actual de Paramahamsa Hariharananda y Paramahamsa Prajñanananda.

PROGRAMA

Del 15 de mayo al 17 de mayo del 2015

Viernes 15 de Mayo del 2015
Entrada Libre
7:30 p.m. - 9:30 p.m. Conferencia:
"Kriya Yoga Técnica Ancestral de Respiración y Meditación"

Sábado 16 de Mayo del 2015
Ceremonia de Iniciación

8:00 a.m. - 1:30 p.m.	Iniciaciones
1:30 p.m. - 2:30 p.m.	Salida a Almorzar
2:30 p.m. - 4:45 p.m.	Enseñanza de la técnica
5:00 p.m. - 6:30 p.m.	Meditación

Domingo 17 de Mayo del 2015

8:00 a.m. - 1:00 p.m.	Meditaciones y Repaso de la Técnica
1:00 p.m. - 3:00 p.m.	Salida a Almorzar
3:00 p.m. - 4:30 p.m.	Conferencia: Como acelerar nuestro desarrollo espiritual?
4:45 p.m. - 6:00 p.m.	Meditación y Cierre del Programa

Nota: Salir Almuerzo

IMPORTANTE: En las meditaciones de Kriya Yoga únicamente pueden participar las personas que ya recibieron la iniciación.

LUGAR:
Centro Sadhaka
C.C. Plaza Nova (Red Crab) Piso 2 Local # 1
Km. 2 1/2 Vía Samborondón