

## WAS IST KRIYA YOGA

Kriya Yoga ist eine uralte wissenschaftliche Meditationstechnik und Lebensweisheit, die Körper, Geist, Intellekt und Seelenwahrnehmung entwickelt. Sie hilft uns durch Konzentrationstechniken, Körperstellungen und Atemübungen die drei göttlichen Qualitäten Ton, Licht und Schwingung wahrzunehmen. Dadurch wird ein Geist entwickelt, der auf einen einzigen Punkt konzentriert ist und uns befähigt, zu den tiefsten Bewusstseinssebenen vorzudringen. Kriya Yoga lehrt, dass jede Aktion, *kri*, durch *ya*, die inwohnende Seele ausgeführt wird. Diese spirituelle Disziplin verändert unser Leben positiv.



### PARAMAHAMSA HARIHARANANDA

1907-2002 - (im Foto rechts)

ein direkter Schüler von Swami Shri Yukteshwar und Paramahansa Yogananda, war einer der größten verwirklichten Meister des Kriya Yoga. Nach Jahren intensiver Meditation erlangte er bereits im Alter von 41 Jahren Nirvikalpa Samadhi, den Zustand ohne Puls und Atem. Er hat den Kriya-Yoga im Osten und Westen verbreitet.

P. Hariharananda führte ein Leben in Liebe, Hingabe und ständigem Gottesbewusstsein.

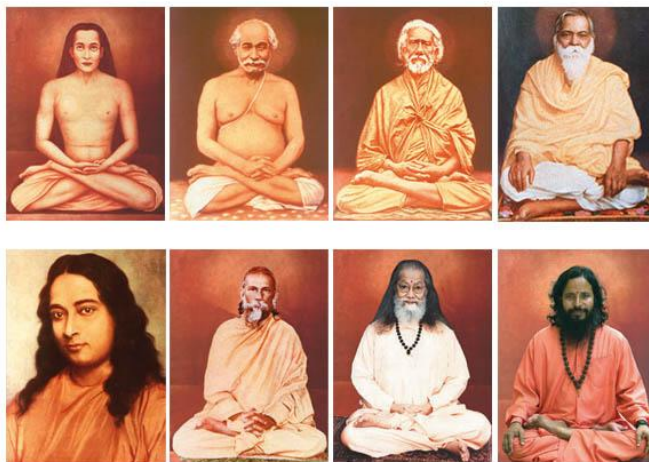
### PARAMAHAMSA PRAJÑANANANDA

\* 1960 - (im Foto links)

sein Nachfolger, setzt seine Arbeit fort und

verbreitet nur eine Lehre: die Lehre der Liebe. Er fordert uns auf, in jeder Handlung und in jedem Atemzug unsere Göttlichkeit zu erkennen. Durch Selbstdisziplin und durch die Praxis von Kriya Yoga erreichen wir diesen glückseligen Zustand göttlicher Liebe und Zufriedenheit.

### Die Meister des Kriya-Yoga



### Kriya Yoga Zentrum Wien

Pottendorferstr. 69

A-2523 Tattendorf

Tel. 0043 2253 81491

kyc@kriya.eu

[www.kriya.eu](http://www.kriya.eu)

[www.kriya.org](http://www.kriya.org)

### Kriya Yoga Zentrum NL

Heezerweg 7

NL-6029-PP, Sterksel

Tel. 0031 40-2265576

[info@kriyayogameditatie.nl](mailto:info@kriyayogameditatie.nl)



DIE WISSENSCHAFT DES KRIYA YOGA

## Kriya Yoga Seminar in München 26. – 28. Juni 2015



mit Yogacharya Uschi  
Schmidtke

**Ort:**

**Nachbarschaftsbörse  
Elisabeth-Kohn-Str. 15  
Untergeschoss  
im Norden von München**



## Intensivierungs-Seminar

**Freitag, 26. Juni**

**20:00 Uhr Meditation**

**Nachmittags Einweihung möglich**  
in der Sailerstraße 10  
**Anmeldung bei G. & M. Rieser**

**Samstag, 27. Juni**

**9:30 Uhr Meditation nur für**  
**2. Kriya- Eingeweihte**

**11:00 Uhr Meditation**, danach  
indisches Essen im Saal,  
10 € für Hand in Hand.  
Anmeldung bis 21.06.15  
bei G. & M. Rieser.

**17:00 Uhr Meditation**

**Sonntag, 28. Juni**

**9:00 Uhr Meditation nur für**  
**2. Kriya- Eingeweihte**

**11:00 Uhr Meditation**,  
danach Essen im Saal

**15:00 Uhr Meditation**

**An den Meditations- und Technik-**  
**Klassen können nur Eingeweihte**  
**der Linie von**  
**P. Hariharananda und**  
**P. Prajnanananda teilnehmen.**



## Einweihung

Wer die Technik des Kriya Yoga erlernen möchte, muss zuerst eine Einweihung von einem von Paramahansa Hariharananda oder Paramahansa Prajnanananda autorisierten Lehrer erhalten.

Während der Einweihung werden der Körper, die Wirbelsäule und die Sinnesorgane gereinigt. Dann kann man die dreifachen göttlichen Qualitäten Ton, Licht und Schwingung wahrnehmen.

Bringen Sie bitte folgende Gaben zur Einweihung mit:

- **fünf Blumen**  
(repräsentieren die fünf Sinne)
- **fünf Früchte**  
(repräsentieren die Früchte aller Handlungen)
- **Spende von € 150,-**  
(repräsentiert den physischen Körper)

Nach der Einweihung wird die erste Stufe der Kriya Yoga Techniken gelehrt. Neueingeweihte sollten zumindest an drei Meditationsklassen während des Programmes teilnehmen, um die Techniken zu lernen.

Der Boden im Saal kann kühl sein. Bitte bringen Sie eine Decke und/oder Kissen und Socken mit. Wir empfehlen lockere, bequeme Kleidung.

### Kosten

Die Organisation wird ehrenamtlich getragen. Die Programme in München werden nur über Spenden finanziert. Kriya-Yoga ist nicht kommerziell.

### Übernachtungsmöglichkeiten

Auf Anfrage schicken wir Ihnen gerne eine Hotel-Liste.

**Info: Kriya Yoga Gruppe München**

**Gerti & Michael Rieser**

**089 / 3083939 gm.rieser@web.de**

**[www.kriyayoga-muenchen.de](http://www.kriyayoga-muenchen.de)**



## Lehrer

### Yogacharya Uschi Schmidtke

praktiziert seit 1993 den Kriya Yoga. Die Begegnung mit P. Hariharananda 1995 war ein Wendepunkt in ihrem Leben. Sie ist seit 2007 durch Paramahansa Prajnanananda autorisiert, den authentischen Kriya Yoga zu lehren.

Yogacharya Uschi Schmidtke hatte immer wieder die Gelegenheit, unter der Führung von P. Hariharananda zu meditieren. Sie gibt die spirituelle Kraft und Liebe ihrer Meister Paramahansa Hariharananda und Paramahansa Prajnanananda weiter.

**„Eine Unze Praxis ist weit besser als  
Tonnen von Theorien“**

Paramahansa Hariharananda

