



Weihnachts- und Neujahrsseminar mit



Swami Mangalananda Giri und Yogacharya Uschi Schmidtke

24. Dezember 2015 - 01. Januar 2016

Donnerstag	24.12.15	20.30	Heilig Abend Meditation		
Freitag	25.12.15	06.30	Stille Meditation		11.45 Meditation
		09.00	Spaziergang im Schweigen		15.30 Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda
		11.45	Meditation		17.00 Meditation
		15.30	Meditation		20.00 Klasse/Satsang*
		18.30	Vortrag über Kriya Yoga & Meditation für alle		
Samstag	26.12.15	06.30	Meditation	Dienstag	29.12.15
		09.00	Einweihung in den authentischen Kriya Yoga		06.30 Meditation
		16.00	Technikerklärung u. Meditation		10.30 Meditation, II. Kriya im Anschluss
		20.00	Klasse/Satsang*		15.30 Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda
Sonntag	27.12.15	06.30	Meditation		17.00 Meditation
		09.00	II. Kriya (nur für Eingeweihte in den 2. Kriya)		20.00 Klasse/Satsang*
		11.00	Meditation	Mittwoch	30.12.15
			Fragen&Antworten		wie 29.12.
		15.30	Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda	Donnerstag	31.12.15
		17.00	Meditation		06.30 Meditation
		20.00	Klasse/Satsang*		11.00 Meditation,
Montag	28.12.15	06.30	Meditation		15.30 Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda
		09.00	Spaziergang im Schweigen		17.00 Klasse/Satsang*
					20:30 Neujahrsmeditation
				Freitag	01.01.2016
					06.30 Stille Meditation
					09.00 Spaziergang im Schweigen
					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 26.12.2015 (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 € 58,00 (inklusive Nächtigung und Verpflegung)
 Seminarbeitrag pro Tag € 45,- (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 25.12. um 20.30)