



Weihnachts- und Neujahrseminar mit



Swami Mangalananda Giri und Yogacharya Uschi Schmidtke

24. Dezember 2015 - 01. Januar 2016

Donnerstag	24.12.15	20.30	Heilig Abend Meditation		11.45	Meditation	
Freitag	25.12.15	06.30	Stille Meditation		15.30	Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda	
		09.00	Spaziergang im Schweigen				
		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	06.30	Meditation
		09.00	Einweihung in den authentischen Kriya Yoga			10.30	Meditation, II. Kriya im Anschluss
		16.00	Technikerklärung u. Meditation			15.30	Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda
		20.00	Klasse/Satsang*			17.00	Meditation
						20.00	Klasse/Satsang*
Sonntag	27.12.15	06.30	Meditation	Mittwoch	30.12.15		wie 29.12.
		09.00	II. Kriya (nur für Eingeweihte in den 2. Kriya)	Donnerstag	31.12.15	06.30	Meditation
		11.00	Meditation			11.00	Meditation,
			Fragen&Antworten			15.30	Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda
		15.30	Video mit P. Hariharananda o. P. Prajnanananda				17.00
		17.00	Meditation				20:30
		20.00	Klasse/Satsang*				Neujahrsmeditation
Montag	28.12.15	06.30	Meditation	Freitag	01.01.2016	06.30	Stille Meditation
		09.00	Spaziergang im Schweigen			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)