

# Te invitamos

conferencia (gratuita)  
**MEDITACIÓN,  
UN ESTILO DE VIDA EXITOSO**

**29 Octubre**  
Jueves 8PM

Lugar: **NM Lima Hotel** Av. Pardo y Aliaga 330  
San Isidro Lima

Octubre **31**  
Sábado  
Noviembre **1**  
Domingo  
9AM - 6PM

## PROGRAMA DE INICIACIONES EN KRIYA YOGA

dictados por



**Suresh  
Kodollikar**

**Maestro Yogui** nacido en la **India**, quien por más de 40 años ha vivido una **profunda vida espiritual**, siendo también un padre de familia y un exitoso profesional. Vive en Estados Unidos y viaja alrededor del mundo **compartiendo sus enseñanzas** sobre el arte de la meditación

### ¿QUÉ ES KRIYA YOGA?

Es una técnica científica de meditación que cultiva el cuerpo, la mente, el intelecto y la conciencia del alma. A través de esta poderosa disciplina Yogui se logra percibir la presencia de Dios en el interior, así como en toda la creación. Esta técnica simple y no sectaria nos ayuda a percibir las tres cualidades divinas: luz, vibración y sonido, usando técnicas de concentración, posturas y respiración.

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.

### PRINCIPALES BENEFICIOS DE LA MEDITACIÓN

Contribuye a mejorar nuestra salud física, emocional y mental.

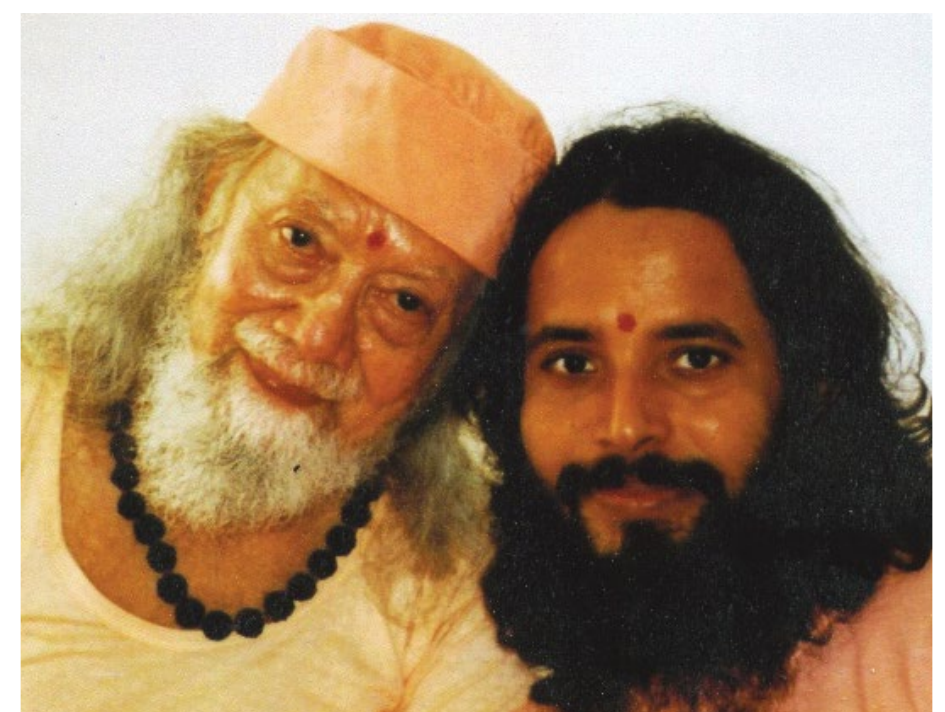
Aporta sabiduría, amor, alegría y tranquilidad a nuestra vida, facilitando el desarrollo de nuestras actividades cotidianas y nuestras relaciones interpersonales.

Ayuda a alcanzar niveles más profundos de conciencia.

Nos conduce a la realización espiritual.

#### PARAMAHAMSA HARIHARANANDA

(1907-2002) Pleno de pureza y amor, proviene de un linaje directo de maestros. Discípulo de **Swami Sriyukteshwar** y **Paramahansa Yogananda**, difundió el Kriya Yoga en oriente y occidente.



#### PARAMAHAMSA PRAJÑANANANDA

(1959) Es el actual líder espiritual de la organización internacional de Kriya Yoga. Enriquecido por su propia experiencia, insondable sabiduría y profundo amor por la humanidad, nos anima a ser conscientes de nuestra divinidad, guiándonos e inspirándonos a alcanzar la paz interior por medio de la autodisciplina y la práctica del Kriya Yoga.

Informes: 998 106 975 - 955 906 738 - [kriyayogalima@gmail.com](mailto:kriyayogalima@gmail.com) - [www.kriyaes.org](http://www.kriyaes.org)