

WAS IST KRIYA YOGA

Kriya Yoga ist eine uralte Meditations- und Lebenswissenschaft, die Körper, Geist, Intellekt und Seelenbewusstheit kultiviert, indem sie kraftvolle yogische und meditative Übungen einsetzt. Sie hilft uns durch Konzentrations-techniken, Körperstellungen und Atmung die drei göttlichen Qualitäten Licht, Vibration und Ton wahrzunehmen. Dadurch wird ein Geist entwickelt, der auf einen einzigen Punkt konzentriert ist und uns befähigt zu den tiefsten Bewusstseinsstufen vorzudringen und unser Leben zu verändern. Kriya Yoga lehrt, dass jede Aktion, *kri*, durch *ya*, die innewohnende Seele ausgeführt wird. Es ist eine universelle spirituelle Disziplin, die alle Trennungen und Grenzen überwindet.



PARAMAHAMSA HARIHARANANDA

(1907-2002) - (im Foto rechts)

erfüllt von Reinheit und Liebe, kam aus einer langen, ununterbrochenen Meisterlinie und hat letztendlich Nirvikalpa Samadhi (den Zustand ohne Puls und Atem) erreicht, das höchste Ziel eines realisierten Yogi. Als Schüler von Shriyuktेशwarji und Paramahansa Yoganandaji hat er Kriya Yoga im Osten und Westen verbreitet.

PARAMAHAMSA PRAJÑANANANDA

(im Foto links)

sein Nachfolger, setzt seine Mission 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 einfache Selbstdisziplin und durch die Praxis von Kriya Yoga erreichen wir diesen glückseligen Zustand göttlicher Liebe und Zufriedenheit.

LINIE DER MEISTER



Kriya Yoga Europa

Kriya Yoga Zentrum Wien Mutterzentrum Europas



Pottendorferstr. 69
2523 Tattendorf
Österreich

Tel. +43 2253 81491

Fax +43 2253 81491-21

kyc@kriya.eu

www.kriya.eu

www.kriya.org

Kriya Yoga Centrum



Heezerweg 7
NL-6029-PP, Sterksel
The Netherlands

Tel. +31 40-2265576

Fax +31 40-2265612

info@kriyayogameditatie.nl



DIE URALTE WISSENSCHAFT DES KRIYA YOGA



Kriya Yoga Programm

St. Gallen

30. September –
2. Oktober 2016



mit

Yogacharya Claudia Cremers



Programm

Freitag, 30. September 2016
20.00- ca. 21.30 Uhr
**Einführungsvortrag und kurze
Meditation für alle**

Samstag, 1. Oktober 2016
9.00– 13.00 Uhr
**Einweihung in den
Kriya Yoga und Meditation**
16.00 – 18.00 Uhr
**Erklärung der Technik und
Meditation**

Sonntag, 2. Oktober 2016
10.00-12.30 Uhr
weitere Erklärungen und Meditation
14.00-15.30 Uhr
**Fragen & Antworten und
Meditation**



Veranstaltungsort

Yoga in der Altstadt
Bleichestrasse 11
9000 St. Gallen

An den Meditations- und Technikklassen können
nur Eingeweihte der Linie von Paramahansa Hariharananda
und Paramahansa Prajnanananda teilnehmen.



Einweihung

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

Während der Einweihungszeremonie werden der
Körper, die Wirbelsäule und die Sinne gereinigt.

Dann kann man die dreifachen göttlichen Qualitäten
von Licht, Ton und Vibration wahrnehmen.

Bringen Sie bitte folgende Gaben für die Einweihung
mit:

- **fünf Früchte**
*(repräsentieren die Früchte all unserer
Handlungen)*
- **Fünf Blumen**
(repräsentieren die fünf Sinne)
- **Spende von sFr. 200.--**
(repräsentiert den physischen Körper)

Nach der Einweihungszeremonie wird die
erste Stufe der Kriya Yoga Techniken gelehrt.
Neueingeweihte sollten zumindest an 3
Meditationsklassen während des Programmes
teilnehmen um die Techniken besser zu erlernen
und so zu integrieren.

Wir empfehlen lockere, komfortable Kleidung.

Kommen Sie bitte mindestens 15 Minuten vor
Beginn der Einweihung und 15 Minuten vor Beginn
der Meditationen.

Achten Sie darauf, dass Ihr Handy während der
Einweihung und der Klassen ausgeschaltet ist.



Lehrer

Yogacharya Claudia Cremers

Yogacharya Claudia Cremers wurde im Jahr
1987 durch Peter van Breukelen in den Kriya
Yoga eingeweiht. Sie begegnete Gurudev Baba
Hariharananda zum ersten Mal 1990 in New
York. In den folgenden Jahren bis 2002
verbrachte sie viel Zeit mit ihm bei
Aufenthalten in den USA, Indien und Europa.
Im Jahr 2007 wurde sie autorisiert, Kriya Yoga
als Lehrerin weiterzugeben. Gebürtig in den
Niederlanden studierte Claudia Cremers Jura
und Musik in Amsterdam und Paris.
Inzwischen arbeitet sie hauptamtlich als Kriya
Yoga-Lehrerin und lebt im Kriya Yoga-
Zentrum in Sterksel.

Info & Registrierung

Kriya Yoga Gruppe St. Gallen, CH

Organisator Evelyn Gelpi
Tel. 0041 79 771 28 86
Email: evelyngelpi@hotmail.com

Übernachtungsmöglichkeiten

Auf Anfrage schicken wir Ihnen
gerne eine Liste mit
Übernachtungsmöglichkeiten zu.

Spenden für das Programm

Samstag und Sonntag jeweils sFr. 50.-- pro
Tag, sFr. 25.--pro Halbtage oder Fr. 70.--für das
ganze Wochenende.