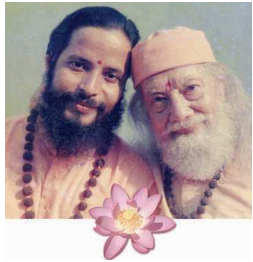


## WAS IST KRIYA YOGA

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 Konzentrationstechniken, 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 Bewusstseinssebenen 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)

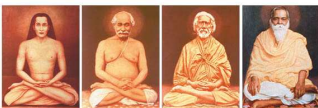
erfüllt von Reinheit und Liebe, kam aus einer langen, ununterbrochenen Meisterlinie und hat letztendlich Nirvikalpa Samadhi (den Zustand ohne Puls und Atem) erreicht, das höchste Ziel eines realisierten Yogi. Als Schüler von Shriyuktेशwarji und Paramahansa Yoganandaji hat er Kriya Yoga im Osten und Westen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

## DIE LINIE DER MEISTER



## Kriya Yoga Europa

### Kriya Yoga Zentrum Wien Mutterzentrum Europas



Pottendorferstr. 69  
2523 Tattendorf  
Österreich

tel. +43 2253 81491

fax +43 2253 80462

[kriya.yoga.centre@aon.at](mailto:kriya.yoga.centre@aon.at)  
[www.kriyayoga-europe.org](http://www.kriyayoga-europe.org)  
[www.kriya.org](http://www.kriya.org)

### Kriya Yoga Centrum



Heezerweg 7  
NL-6029-PP, Sterksel  
Niederlande

tel. +31 40-2265576

fax +31 40-2265612

[kriya.yoga@worldonline.nl](mailto:kriya.yoga@worldonline.nl)



## DIE URALTE WISSENSCHAFT DES KRIYA YOGA



## Kriya Yoga Programm

Ruhla

11.-13. März 2011



mit

**Yogacharya Uschi Schmidtke**



## Programm

**Freitag, 11. März 2011**  
**19.00 Uhr**

**Einführungsvortrag über den  
authentischen Kriya Yoga**

Eintritt Freie Spende

**Samstag, 12. März 2011**

9.00

Einweihung,  
Erklärung der Technik,  
Meditation

15.00

Vertiefung der  
Kriya Yoga Technik,  
Meditation

**Sonntag, 13. März 2011**

8.30

Meditation 2. Kriya  
(ab der 2. Kriya Einweihung)

10.00

Meditation

11.00

Zeit für Fragen über die  
Kriya Yoga Technik

14.30

Meditation

## Veranstaltungsort

**Marienstraße 2**  
**99842 Ruhla**

\*\*\*

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 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 aller Handlungen  
eines Lebens)*

**- Fünf Blumen**

*(repräsentieren die fünf Sinne)*

**- Spende von € 150,-**

*(repräsentiert den physischen Körper)*

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

Bitte bringen Sie eine Decke, Socken und bei  
Bedarf ein Sitzkissen mit. Wir empfehlen lockere,  
komfortable Kleidung.

Kommen Sie bitte mindestens 30 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.



## Lehrerin

### Yogacharya Uschi Schmidtke

lebt in Deutschland und praktiziert seit 1993 Kriya  
Yoga.

Sie hatte immer wieder die Gelegenheit, Paramahansa  
Hariharananda zu sehen und unter seiner Führung zu  
meditieren. Seit Mai 2007 ist sie durch Paramahansa  
Prajnanananda autorisiert, den authentischen Kriya  
Yoga zu lehren.

## Info & Anmeldung

### Kriya Yoga Gruppe Thüringen

Thomas & Petra Sollguber  
Phone und Fax: 036921 /27444  
E-Mail: mail@kriya-thueringen.de  
Home: kriya-thüringen.de

### Übernachtungsmöglichkeiten

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

### Spenden für das Programm

Um das Programm zu finanzieren, wird um  
eine angemessene Spende gebeten.

Samstag und Sonntag 60,- €  
oder 15,- € pro halben Tag.

### Für Neueingeweihte:

Die Spende bei der Einweihung beinhaltet bereits  
die Teilnahme am Wochenendprogramm.