

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 Bewusstseins-ebenen 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.

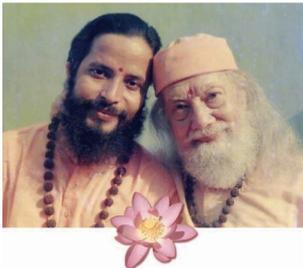
DIE LINIE DER MEISTER



V.l.o. Babadji Maharaj, Lahiri Mahasaya, Sri Yukteswar, Bhupendranath Sanyal; Paramahansa Yogananda, Swami Satyananda, Paramahansa Hariharananda, Paramahansa Prajnanananda

PARAMAHAMSA HARIHARANANDA

(1907-2002, Foto unten rechts) war erfüllt von Reinheit und Liebe. Er kam aus einer langen, ununterbrochenen Meisterlinie und hat letztendlich **Nirvikalpa Samadhi**, einen Zustand ohne Puls und Atmung, erreicht, der das höchste Ziel eines realisierten Yogis ist. Als Schüler von Sri Yukteswarji und Paramahansa Yoganandaji hat er Kriya-Yoga im Osten und Westen verbreitet.



PARAMAHAMSA PRAJÑANANANDA

(im Foto links) ist sein Nachfolger. Er 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.



KRIYA-YOGA EUROPA

Kriya-Yoga-Zentrum Wien
Mutterzentrum für Europa



Pottendorferstr. 69, 2523 Tattendorf, Österreich
tel. +43 2253 81491, fax +43 2253 80462
kriya.yoga.centre@aon.at
www.kriyayoga-europe.org, www.kriya.org

Kriya-Yoga-Centrum Holland
Peter van Breukelens Ashram



Heezerweg 7, NL-6029 PP Sterksel, Niederlande
tel. +31 40-2265576, fax +31 40-2265612
kriya.yoga@worldonline.nl
www.kriyayoga-meditatie.nl



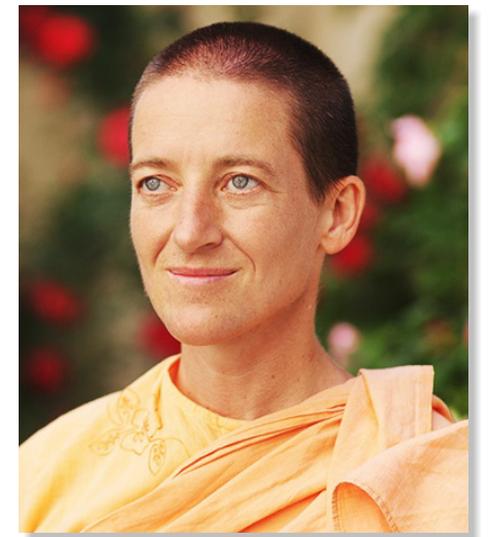
DIE URALTE WISSENSCHAFT DES KRIYA-YOGA



Kriya-Yoga Programm

in Hamburg vom

21. - 23. September 2012



mit Swami Mangalananda Giri



PROGRAMM

Freitag, 21. September 2012, 20.00 Uhr:

Einführungsvortrag

über den authentischen Kriya-Yoga
Eintritt frei

Samstag, 22. September 2012

09.00 - 13:00 Uhr: **Einweihung**, Technikerklärung
15.30 - 18:00 Uhr: Fragen zur Technik, **Meditation**

Sonntag, 23. September 2012

09.00 Uhr: **Meditation 2. Kriya** (ab 2. Kriya-Einweihg.)
10.30 - 13:00 Uhr: **Meditation 1. Kriya**
13.00 Uhr: Gemeinsames **Picknick** im Saal,
die Hamburger Schüler werden gebeten,
etwas Vegetarisches zu essen mitzubringen
14.00 Uhr: Informationen über "**Hand in Hand**"-Org.
15.00 Uhr: Fragen & Antworten
16.00 - 18:00 Uhr ca.: **Meditation** - Programmende

Am Meditations- und Technikunterricht können nur eingeweihte Schüler der Linie Paramahansa Hariharanandas und Paramahansa Prajnananandas teilnehmen!

Veranstaltungsort

Gemeindesaal der **Christophorus-Kirche**
Riehlstraße 64, 21033 Hamburg-Bergedorf

HVV-Anreise mit **Bahn & Bus** ab Hamburg-Hbf:

S-Bahnlinie **S21** (Gleis 4) Richtung Aumühle bis Bergedorf (21 Min), dann **Bus 332** Richtung Mümmelmannsberg bis **Riehlstr.** (8 Min) oder **zu Fuß** (1 km): Bhf-Bergedorf Nordausgang -> Johann-Meyer-Str. -> li. Ludwig-Rosenberg-Ring -> re. Sander Damm -> li. Höperfeld bis zum Ende der Straße = **Riehlstraße 46**, li. Gemeindesaal.



Wissenswertes zur EINWEIHUNG

Wer die Technik des Kriya-Yoga erlernen möchte, muss zuerst eine Einweihung von einem durch Paramahansa Prajnanananda autorisierten Lehrer empfangen.

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** zur Einweihung mit:

- fünf **Früchte** (repräsentieren die Früchte aller Handlungen eines Lebens)
- fünf **Blumen** (repräsentieren die fünf Sinne)
- eine **Spende** von € 150,- (repräsentiert den physischen Körper)

Nach der Einweihungszeremonie wird die *erste* Stufe der Kriya-Yoga-Techniken gelehrt.

Neueingeweihte sollten mindestens an 3 Meditationsstunden während des Programmes teilnehmen, um so die Techniken besser zu erlernen und zu assimilieren.

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 des Programms **ausgeschaltet** ist!



Über unsere LEHRERIN

Swami Mangalananda Giri

wuchs in Deutschland auf. 1993 traf sie ihren Meister Paramahansa Hariharananda. Ab diesem Zeitpunkt begleitete sie ihn auf seinen Reisen in Europa und übersetzte seine Vorträge und Seminare.

Nach Abschluss ihres Medizinstudiums wurde sie im Jahr 2000 von Paramahansa Hariharananda in den Swamiorden eingeweiht und erhielt die Erlaubnis, den Kriya-Yoga zu lehren.

Info & Anmeldung

Kriya-Yoga Gruppe Hamburg

Nele Müller, Tel. 0 40 - 86 64 62 21
Heidrun von der Wense, Tel. 0 41 21 - 48 27 75
E-Mail: mail@kriyayoga-hamburg.de
Internet: www.kriyayoga-hamburg.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 zusammen 60 €, ein Tag 30 €, halber Tag 15 €, eine Meditation 15 €, 2. Kriya 15 €

Für Neueingeweihte: Die Spende für die Einweihung beinhaltet die Teilnahme am Wochenendprogramm

Zusatzmeditation

Donnerstag, 04.10.2012, 20.00 Uhr

Swami Mangalananda ist am Donnerstag, 04.10.12 für einen Abend in Hamburg und hat angeboten, eine Meditation zu leiten. Z.Zt. suchen wir noch einen Raum. Dieser wird auf unserer Homepage oder beim Programm bekannt gegeben.