

(1907-2002)  
**PARAMAHAMSA  
HARIHARANANDA**

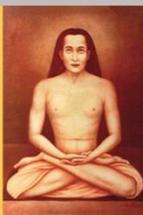
Erfüllt von Reinheit und Liebe, kam er von einer ununterbrochenen Meisterlinie. Paramahansa Hariharananda erreichte Nirvikalpa Samadhi, den Zustand ohne Puls und Atem und der höchsten Glückseligkeit. Er war ein direkter Schüler von Swami Shriyukteshwarji und Paramahansa Yoganandaji. Dieser verwirklichte Yogi verbreitete die Lehre des Kriya Yoga in Indien und der ganzen Welt.



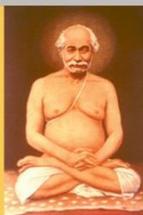
**PARAMAHAMSA  
PRAJNANANDA**

Als Nachfolger von Paramahansa Hariharananda setzt er die Mission seines Meisters mit grenzenloser Energie und Liebe fort. Er erinnert uns unablässig daran, dass wir in jedem Atemzug göttlich sind. Durch sein eigenes Beispiel zeigt er uns, dass wir alle den glückseligen Zustand der göttlichen Liebe und der Zufriedenheit erreichen können, wenn wir die Kriya Yoga Technik aufrichtig üben und sie in unserem täglichen Leben anwenden.

## DIE MEISTERLINIE



Babaji



Lahiri  
Mahasaya



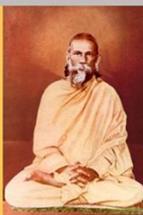
Swami  
Shriyukteshwar Giri



Sanyal  
Mahasaya



Paramahansa  
Yogananda



Swami  
Satyananda Giri



Paramahansa  
Hariharananda



Paramahansa  
Prajnanananda

## KRIYA YOGA EUROPA

### Kriya Yoga Zentrum Wien

#### Mutterzentrum Europas

Pottendorferstr. 69  
2523 Tattendorf  
Austria

Tel. +43 2253 81491  
Fax +43 2253 81491-29  
kyc@kriya.eu

[www.kriya.eu](http://www.kriya.eu)



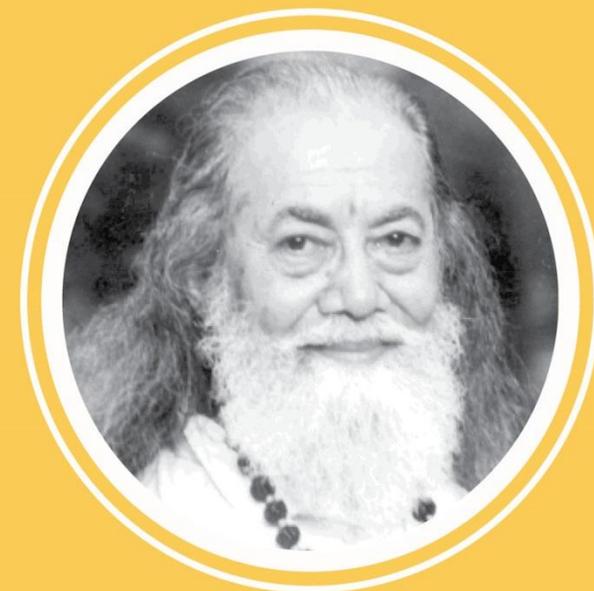
[www.kriya.org](http://www.kriya.org)



### Kriya Yoga Centrum Sterksel

Heezerweg 7  
6029 PP Sterksel  
The Netherlands  
Tel. +31 40-2265 576  
info@kriyayogameditatie.nl

[www.kriyayogameditatie.nl](http://www.kriyayogameditatie.nl)



**PARAMAHAMSA  
HARIHARANANDA**

**Die uralte  
Wissenschaft des  
Kriya Yoga**





## Was ist Kriya Yoga?

Kriya Yoga ist eine uralte Meditationstechnik verbunden mit einer bewussten Lebensführung.

Durch Atemkontrolle, Konzentrationstechniken und Körperstellungen werden Körper, Geist und Intellekt sowie das Bewusstsein für die Seele kultiviert.

Durch Kriya Yoga können wir inneres Licht, Schwingung und Ton wahrnehmen, sowohl während der Meditation als auch während unserer täglichen Aufgaben.

Das Praktizieren von Kriya Yoga hilft uns dabei, mehr Ruhe und innere Freude zu erfahren, so dass wir ein ausgeglicheneres und erfolgreiches Leben führen können.

Kriya Yoga lehrt, dass jede Aktivität, kri, durch ya, die innewohnende Seele, ausgeführt wird. Es ist eine universelle spirituelle Methode, die alle religiösen und kulturellen Trennungen überwindet.

Durch das Üben von Kriya Yoga kann man allmählich Ego, Emotionen und Anhaftungen überwinden und erkennen, dass das Leben in seiner Essenz rein, göttlich und friedvoll ist.



## Einweihung

Wer die Technik des Kriya Yoga erlernen möchte, muss zuerst eine Einweihung von einem Lehrer erhalten, der durch Paramahansa Hariharananda/Paramahansa Prajnanananda autorisiert wurde. Während der Einweihungszeremonie werden der Körper, die Wirbelsäule und die Sinne gereinigt.

Für die Einweihung bringen Sie bitte folgende Gaben mit:



### - Fünf Früchte:

repräsentieren die Früchte all unserer Handlungen (Kausalkörper)



### - Fünf Blumen:

repräsentieren die fünf Sinne (Astralkörper)



### - Spende von CHF 200,-:

repräsentiert den grobstofflichen Körper (physischer Körper)

Nach der Einweihungszeremonie wird die Kriya Yoga Technik gelehrt und gemeinsam meditiert. Neueingeweihte sollten zumindest an 3 Meditationen während des Programms teilnehmen, um die Techniken besser zu erlernen.

### Wie wird Kriya Yoga geübt?

Die Kriya Yoga Techniken können auf dem Boden oder auf einem Stuhl geübt werden.

Sie enthalten einfach auszuführende Körperhaltungen und können nach der persönlichen Einweihung zu Hause geübt werden.

Es gibt zwei Kriya Yoga Zentren und viele Kriya Yoga Gruppen in ganz Europa, bei denen man bei geführten Meditationen oder Wochenendprogrammen und Seminaren teilnehmen kann.

## Lehrer / Lehrerinnen

### Rajarshi Peter van Breukelen

ist Leiter des Kriya Yoga Centrums in Sterksel, den Niederlanden, und seit 1982 autorisiert, Kriya Yoga zu lehren.



### Swami Mangalananda Giri

empfang nach ihrem Medizinstudium von Paramahansa Hariharananda und Prajnananandaji die Mönchsweihe.



### Yogacharya Christine Jacobsen

ist eines der Gründungsmitglieder des Kriya Yoga Zentrums Wien, Österreich, und sie lehrt seit 1996.



### Yogacharya Claudia Cremers

lebt im Kriya Yoga Centrum in Sterksel, den Niederlanden, und lehrt bei vielen weltweiten Seminaren.



### Yogacharya Petra Helwig

lebt in den Niederlanden, ist verheiratet und hat zwei Kinder. Sie war Tanzlehrerin und weiht seit 2007 in den Kriya Yoga ein.



### Swami Karunananda Giri

Die Begegnung mit Paramahansa Hariharananda im Jahr 1995 war ein Wendepunkt in ihrem Leben. Sie erhielt im Jahr 2020 ihre Mönchsweihe.



**Kriya Yoga Hiking Retreat in Elm**  
**30. Juli - 6. August 2021**  
Mit Swami Mangalananda und  
Swami Karunananda

**30. Juli**

Ab 15:00

Bis 17:00 Anreise

18:00 Meditation und anschl. Abendessen

**31. Juli**

06:30 Meditation, anschl. Frühstück

09:30 Einweihung/Meditation  
anschl. Mittagessen + kleine Wanderung

18:00 Meditation, anschl. Abendessen und Satsang

**1. August**

06:30 Meditation, anschl. Frühstück  
Wanderung mit Meditation

18:00 Meditation, anschl. Abendessen

**2.-5. August**

Programm wie 1. August

**6. August**

06:30 Meditation, anschl. Frühstück, Seva und Abreise

**Ort: Ferienhaus Alpina**  
Im Ämpächli  
8767 Elm

**Kosten**

Preis für das Retreat CHF 550.-

Inkl. Übernachtung und Verpflegung  
Seilbahnen für Wanderungen extra

**Anreise**

Anreise: Alle Infos auf [www.ferienhaus-alpina.ch](http://www.ferienhaus-alpina.ch)

Gratis Parkplätze bei der Talstation

Von der Bergstation der Gondelbahn Elm-Ämpächli (im Preis  
inbegr.) gelangt man zu Fuss in 2 Min. zum Haus.



**Information und Anmeldung**

Kriya Yoga Gruppe Zürich

Christine Glauser

Tel: +41 (0) 43 539 46 98

Email: [info@yoga-kuesnacht.ch](mailto:info@yoga-kuesnacht.ch)

