



## PROGRAMME

### VENDREDI 18 MARS 2011

- 19H00 À 20H00 : CONFERENCE :  
LA VOIE SPIRITUELLE ORIGINELLE ET  
AUTHENTIQUE DU KRIYA YOGA  
(ouverte à tous)

### SAMEDI 19 MARS 2011

- 09H00 A 13H00 : INITIATIONS

- 15H30 À 16H30 : RÉVISION DES TECHNIQUES  
- 16H30 À 17H : QUESTIONS / RÉPONSES  
- 17H À 18H : MÉDITATION GUIDÉE

### DIMANCHE 20 MARS 2011

- 10H15 À 11H15 : ENSEIGNEMENT  
- 11H15 À 12H15 : MÉDITATION GUIDÉE

- 15H00 À 16H00 : QUESTIONS / REPONSES  
- 16H00 A 17H00: MEDITATION

**LIEU:**  
**HÔTEL MANSEL**  
À proximité du stade Omnisport  
**YAOUNDE**  
**Cameroun**  
Tél : 22 20 24 62

### Renseignements et inscriptions:

Joseph Tsomb :  
Tél.: (237) 77 55 01 19



## INITIATION

Les personnes désirant apprendre le Kriya Yoga doivent d'abord recevoir l'initiation d'un enseignant autorisé à le faire par Paramahansa Prajñanananda.

Au cours de l'initiation, on purifie le corps, la colonne vertébrale et les organes des sens. Puis on transmet les trois qualités divines que sont la lumière, la vibration et le son.

**Pour l'initiation veuillez SVP apporter les offrandes suivantes :**

- 5 fruits  
(symbolisant vos actions dans le monde),
- 5 fleurs  
(symbolisant vos 5 sens),
- une donation financière de 20.000 Fr (représentant votre corps physique)

Après la cérémonie d'initiation, les techniques du 1er kriya seront enseignées. Il est conseillé aux nouveaux initiés de participer à au moins trois méditations au cours de ce séminaire, afin de pouvoir intégrer et mémoriser les techniques.

Pour l'initiation et les méditations, veuillez vous munir d'un coussin, tapis ou couverture et d'une tenue confortable et correcte

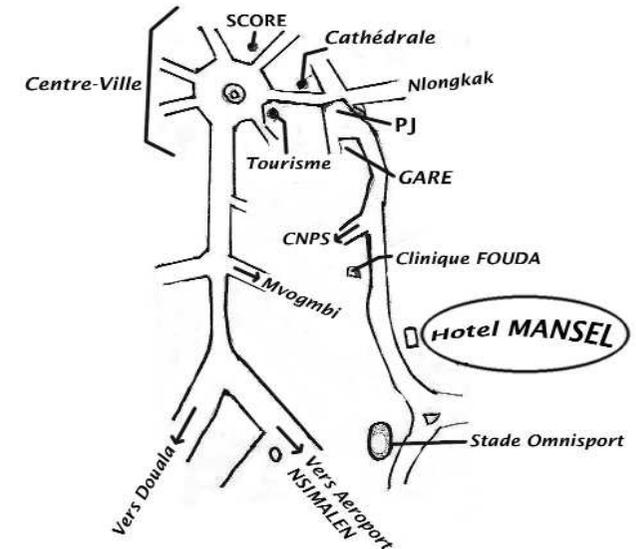
### Références Bibliographiques

- Paramahansa Yogananda :  
Autobiographie d'un Yogi, Editions Adyar
- Paramahansa Hariharananda :  
Kriya Yoga, La Voie Spirituelle Originelle Transmise par les Maîtres Réalisés, Editions du Dauphin
- Paramahansa Prajñanananda (Editions du Dauphin)  
En Compagnie des Maîtres du Kriya Yoga,  
Le Yoga Originel, Chemin de Vie, Chemin d'Eveil,  
Paroles de Sagesse,  
La Vie de Paramahansa Hariharananda,  
Itinéraire d'un Yogi
- Sri Yukteshwar Giri :  
La Science Sacrée, Editions Adyar



### Yogacharya Claudia Cremers

Native des Pays-Bas, elle a étudié la musique et le droit à Amsterdam et à Paris (E.N.A.). Depuis 1987, Claudia a travaillé en tant que représentante du gouvernement néerlandais dans les affaires internationales. Initiée par Rajarshi Peter Baba en 1987, elle a rencontré Gouroudev Baba Hariharanandaji à New York en 1990. Elle a beaucoup voyagé en Inde, en Europe et aux Etats-Unis pour servir et méditer avec Gouroudev. Elle est autorisée à initier des chercheurs spirituels au Kriya Yoga depuis mai 2007.



### Participation financière

Pour les nouveaux initiés :

- Une donation de 20.000 Fr vous sera demandée pour l'initiation du samedi.
  - et une participation de de 15.000 Fr pour couvrir les frais de locations et de voyage de l'enseignante vous sera demandée pour l'ensemble du weekend
- donc au total 35.000 Fr pour tout le programme