

## 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 Ton, Licht und Schwingung 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)

ein direkter Schüler von Swami Shri Yukteshwar und Paramahansa Yogananda, war einer der größten verwirklichten Meister des Kriya Yoga. Nach Jahren intensiver Meditation erlangte er bereits im Alter von 41 Jahren Nirvikalpa Samadhi, den Zustand ohne Puls und Atem. Er hat den Kriya Yoga im Osten und Westen verbreitet. Paramahansa Hariharananda führte ein Leben in Liebe, Hingabe und ständigem Gottesbewusstsein.

### PARAMAHAMSA PRAJNANANANDA

\* 1959 - (im Foto links)

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

## DIE MEISTER DES KRIYA YOGA



### Kriya Yoga Europa

### Kriya Yoga Zentrum Wien



Pottendorferstr. 69  
2523 Tattendorf  
Österreich

Tel. 0043 2253 81491  
Fax 0043 2253 81491-29  
www.kriya.eu  
E-Mail: kyc@kriya.eu

### Kriya Yoga Centrum



Heezerweg 7  
6029 PP Sterksel  
Niederlande  
Tel. 0031 40 2265576  
Fax 0031 40 2265612  
kriyayoga-meditatie.nl

E-Mail: info@kriyayogameditatie.nl



DIE URALTE  
WISSENSCHAFT  
DES  
KRIYA YOGA



Kriya Yoga Retreat  
Wilhelmsaue bei  
Berlin  
9.-18. August 2019



mit  
Swami Mangalananda Giri  
und  
Yogacharya Uschi Schmidtke

## Programm\*

### 9. August 2019

Anreise

18:00 Abendbrot

20:00 Uhr Meditation

### 10. - 17. August 2019

7:00 Uhr Meditation

Frühstück

11:00 Uhr Meditation

Mittagessen

17:00 Uhr Meditation

Abendbrot

### 18. August 2019

7:00 Uhr Meditation

Frühstück

11:00 Uhr Meditation

Mittagessen

Abreise

Während dieses Retreats praktizieren wir den I. und II. Kriya intensiv mit langen Meditationen, außerdem haben wir die seltene Gelegenheit etwas mehr Zeit mit den Lehrerinnen zu verbringen, Fragen zu stellen, Antworten zu erhalten und uns bei gemeinsamen Aktivitäten zwischen den Programmpunkten auszutauschen.

**Es besteht die Möglichkeit Einweihungen (I. oder ggf. II. Kriya) zu erhalten.**

\* Das Programm wird ungefähr wie oben beschrieben abgehalten, es wird aber darauf hingewiesen, dass der zeitliche Ablauf etwas variieren kann

## Veranstaltungsort



Pension & Seminarhof  
An der Mühle  
Wilhelmsauer Dorfstrasse 24  
15324 Letschin

\*An dem Retreat können nur Eingeweihte der Linie von Paramahansa Hariharananda und Paramahansa Prajnanananda teilnehmen. Es besteht die Möglichkeit, sich auf Anfrage auch während des Retreats einweihen zu lassen.

## Einweihung

Wer die Technik des Kriya Yoga erlernen möchte, muss zuerst eine Einweihung von einem von Paramahansa Hariharananda oder Paramahansa Prajnanananda autorisierten Lehrer erhalten. Während der Einweihungszeremonie werden der Körper, die Wirbelsäule und die Sinne gereinigt. Dann kann man die dreifachen göttlichen Qualitäten Ton, Licht und Schwingung wahrnehmen.

Bringen Sie bitte folgende Gaben zur Einweihung mit:

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

Nach der Einweihungszeremonie wird die erste Stufe der Kriya Yoga Techniken gelehrt. Neueingeweihte sollten zumindest an drei Meditationsklassen während des Programmes teilnehmen, um die Techniken zu erlernen.



## Lehrerinnen

### Swami Mangalananda Giri

Swami Mangalananda Giri wuchs in Deutschland auf. 1993 traf sie ihren Meister Paramahansa Hariharananda. Seit diesem Zeitpunkt begleitete sie ihn auf seinen Reisen in Europa, übersetzte seine Vorträge und Seminare und hielt sich vorwiegend im Kriya Yoga Zentrum Wien auf. Während dieser Zeit beendete sie ihr Medizinstudium. Kurz nach ihrem Doktorat wurde sie von Paramahansa Hariharananda im Jahre 2000 in den Swamiorden eingeweiht und erhielt die Erlaubnis, den Kriya Yoga zu lehren.

### Yogacharya Uschi Schmidtke

Yogacharya Uschi Schmidtke lebt im Kriya Yoga Zentrum Tattendorf und praktiziert seit 1993 Kriya Yoga. Die Begegnung mit Paramahansa Hariharananda 1995 war ein Wendepunkt in ihrem Leben. Von 1996 bis 1997 hatte sie die einmalige Gelegenheit, in Gurudev's Nähe zu leben, für ihn zu arbeiten und mit ihm zu meditieren. Uschi Ma ist seit dem Mai 2007 autorisiert, den authentischen Kriya Yoga zu lehren.

## Info & Anmeldung

### Kriya Yoga Gruppe Berlin

Organisatorin Anshi Nagler

Tel.: 015774667014

E-Mail: [info@kriya-berlin.de](mailto:info@kriya-berlin.de)

[www.kriya-berlin.de](http://www.kriya-berlin.de)

### Preis für das Retreat:

**€ 450**

inkl. Übernachtung und Verpflegung